

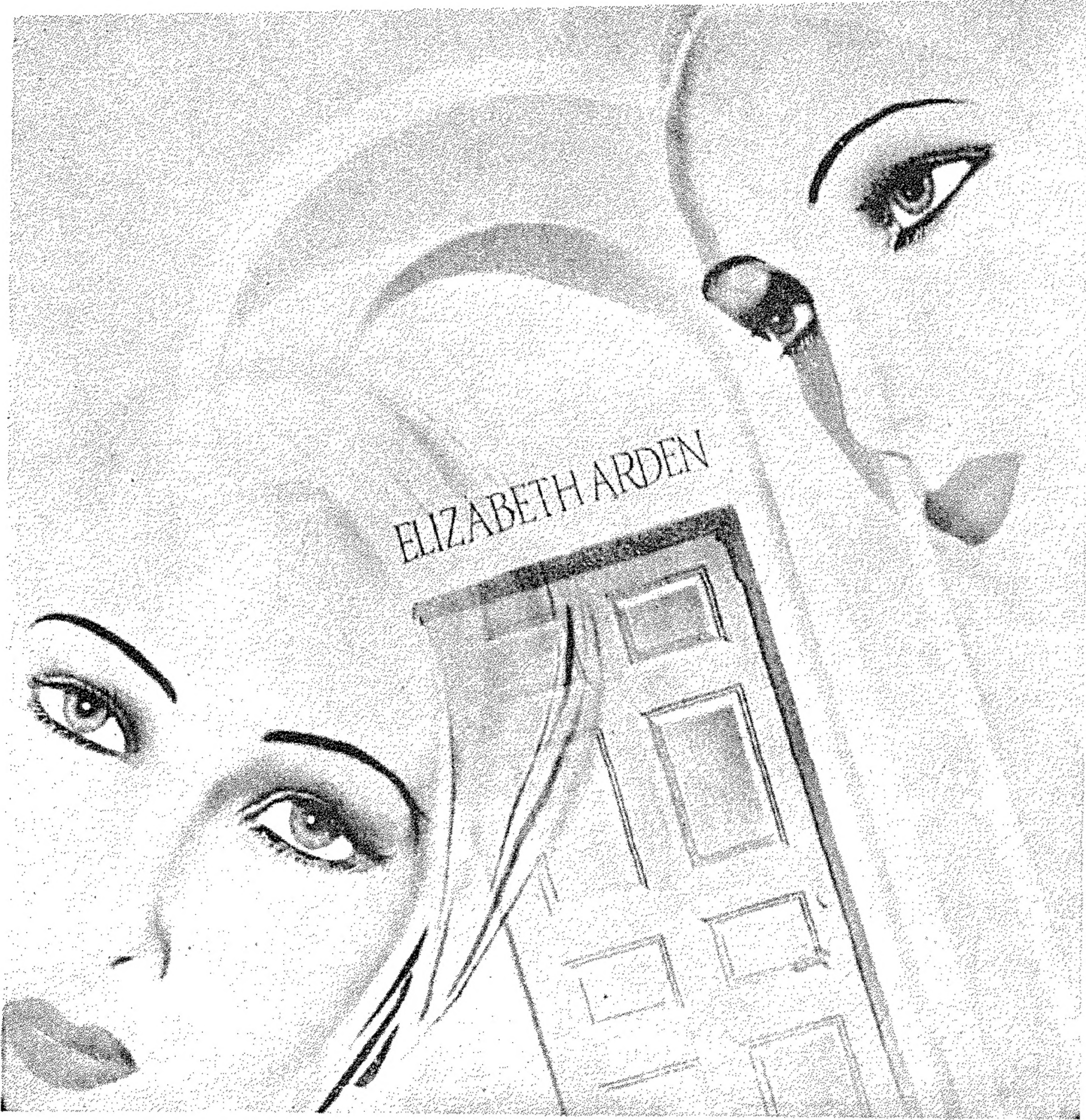
بنت النيل



مايو ١٩٥٣

Elizabeth Arden

SALON



صالون اليزابيث آردن

Consultations gratuites
Soins de la Peau, ..
Les Rides du Visage
et les Taches de Rousseur
Pour rendez-vous
Tél. s.v.p. 47791 - 77072
211, Immobilia Building - Le Caire.

استشارات مجانية ..
معالجة البشرة ..
وتجعيد الوجه ..
والنمش ..
لتحديد موعد ..
رجاء الاتصال بتليفون : ٤٧٧٩١ - ٧٧٠٧٢
٢١١ عمارة الايموبيليا بالقاهرة ..

وتباع جميع مستحضرات اليزابيث آردن في صالون آردن

قاسم أمين

ما اظن عظيما جديرا بالتمجيد واعلاء الذكر في عهد التحرير مثل قاسم أمين ،
فانه اول من نادى بتحرير نصف المواطنين ، وطالب برفع الغبن عن بنات وطنه ،
والج في مساواتهن بالذكور من المواطنين .

ان قاسم أمين يسعد اليوم في مثواه ، فقد تاهلت مصر لتحقيق المعاني السامية
التي نادى بها منذ عشرات السنين ، فاصبح للمرأة فيها مكانها الاصيل في
مقدرات البلاد ، ولم يبق امامها الا تحقيق المساواة السياسية وتتم رسالته على
احسن وجه ، ويتم معها تحرير المرأة في كل جانب من جوانب الحياة .

وما ينبغي ان يقتصر الاحتفال بذكرى قاسم أمين على النساء فقط ، فانه احق
باحتفال الرجال ، لان قاسما لم يرد النهضة للمرأة لتسعد المرأة ، بل اراد نهضتها
ليسعد الشعب كله ، اراد تحريرها لتكون زوجة تسند زوجها عند الشدائد ،
واما تبصر ابناءها بواجباتهم ، واخذا تقف الى جانب شقيقها في الملمات ، ارادها
امراة واعية عارفة لحقوقها والتزاماتها وابدى ان تعيش على هامش الحياة .

لقد دعا اللواء محمد نجيب زعيم الثورة كل مواطنة الى الجهاد عندما يحين
موعد ، وما دعا الزعيم هذه الدعوة الا وهو مطمئن الى ان المواطنات يعرفن اليوم
واجبهن ويشعرن بحق الوطن عليهن ، فقد تحررن من رق العبودية ولا تعيش حرة
في امة ذليلة مستعمرة .

ان هذه الدعوة التي تستجيب لها اليوم كل مصرية ، قد أعد لها قاسم أمين
العدة منذ سنوات وسنوات ، بما صنعه في سبيل تحرير المرأة وتهيئتها نفسيا
لقبول دعوة الجهاد والفداء ، واثمرت جهوده ، فاذا كل مصرية تعرف واجبها
وتنصت اليوم لهتاف المسئولين في حرارة وثقة واطمئنان .

ان التحرير الاكبر الذي يفرنا الآن قد اتجه في جانب من جوانبه لرسالة
الزعيم الشهيد قاسم أمين ، الذي عاش ومات في سبيل تحرير نصف الامة
والخروج به من ظلمات الحرمان والجحيم الى الهسواء الطلق حيث تقف المرأة في
الصف ، تساهم في تشييد البناء ، وتلبي في سبيل الوطن النداء ، وتقدم روحها
ودمها اذا استوجب الامر الفداء .

حقا ان قاسم أمين جدير باحتفال الرجال قبل احتفال النساء .

دريه جعفر



المشكلة الكبرى :

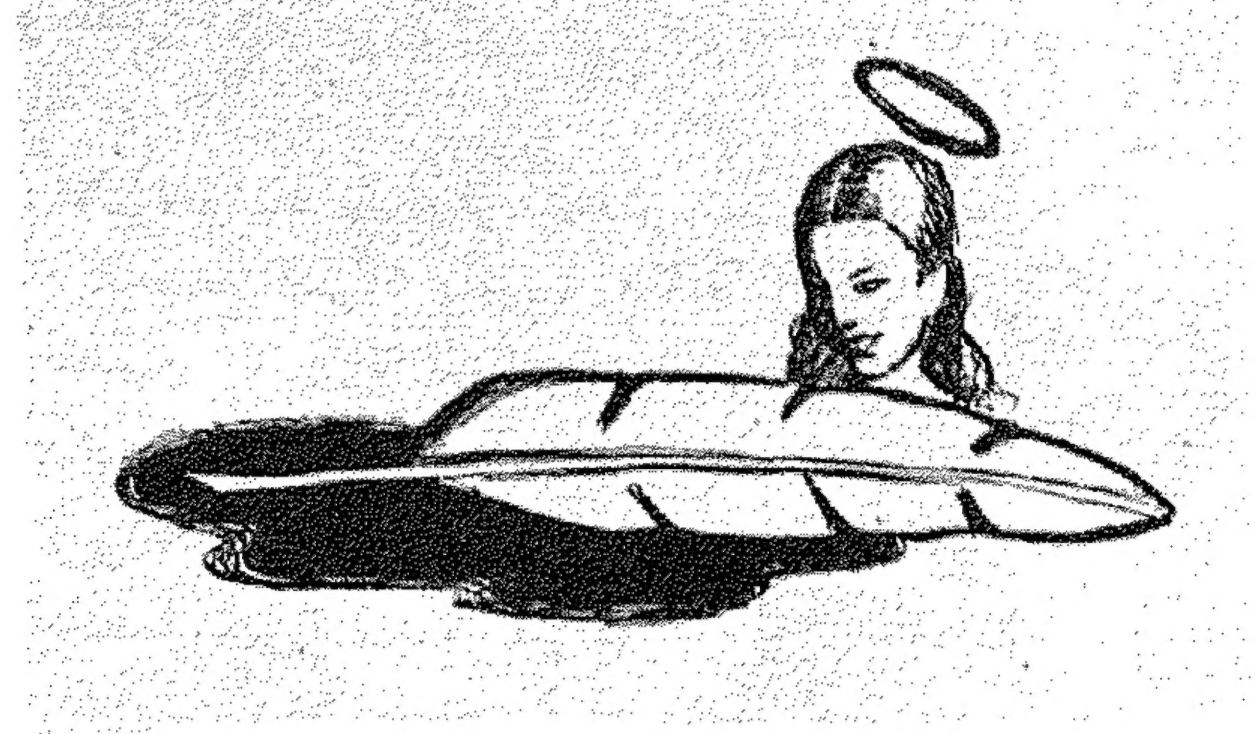
ليس الجلاء هو مشكلة الثورة الكبرى ، فجلاء المستعمر سيتم راضيا أو ساخطا ، لكن مشكلة الثورة هي ما عليه اخلاقنا نحن الذين نريد جلاء الانجليز ، ونريد أن نرفع هاماتنا فوق جميع الرؤوس

نحن الذين نعيش في الدس والحقد والحسد ، نحن الذين نسمع كل يوم أسرة تلغ في عرض أسرة ، نحن الذين لا نصدق في اليوم مرة ولا نقول كلمة الحق أبدا



نحن الذين يأكل بعضنا بعضا ويكيد بعضنا لبعض . . . ولاي مبرر ؟؟ لاتفه الاسباب تبين طبيعة الشر فينا وتظهر سجاياتنا الصغيرة .

هذه هي مشكلة الثورة . . . كيف تنتزع من نفوسنا هذا الصفار وهذا السواد ؟ كيف تعالج الثورة نفسية سيئة جميلة أنيقة سمعتها بنفسى تتحدث في عرض كل سيئة يمتدحها انسان ؟ سمعتها أكثر من مرة وناقشتها أكثر من مرة ، وعبثا حاولت أن أصرفها عن هذا السوء ، فقطعت علاقتي بها وبزوجها وبأسرتها فقد خشيت أن تخيلني سيئة جميلة حسناء ١٩



المهنة الرفيعة :

واقصد بالمهنة الرفيعة مهنة الصحافة ، فلو ان الصحافة المصرية احترمت نفسها منذ سنة ١٨٨٢ ولم تطبل وتزمر لكل أمير ووزير لما استطاع الانجليز أن يبقوا في مصر هذه السنين الطويلة ، فقد كان الامراء والوزراء صنائع الاحتلال ، والصحافة كانت تنافق تلك الصنائع ، ومن ثم عاشت مصر في الظلام نحو سبعين عاما ، فلما أدت الصحف بعض واجبها بالنقد الصريح العنيف ، سقط العهد الماضي سقوطا لا رجعة له ، وثبت أنه قد وجد في مصر لفترة قصيرة صحافة تحترم نفسها ولا تنافق ملكا أو وزيرا

وكذلك الامر في معالجة شئون الشعب الاجتماعية ، اذا اردنا أن نرفع مستوى الشعب فيجب ألا نناقض هذا الشعب ، والصحفي الذي يناقض عامة الناس أو خاصتهم إنما يدلّس عليهم ويفسد طبائعهم ، ويصنع اشنع مما يصنعه الاحتلال . واحب أن أقول للقارئات الكريمات بهذه المناسبة انني في حديث الشهر كمن يؤذن في مالطة ! فكل يوم اسمع أن فلانا طلق فلانة لأنها أصرت على أن تكون « كسوة » الصيف كما هي ، عدة مئات من الجنيهات دون نظر الى الازمة الاقتصادية أو دعوة العهد الجديد للتقشف ، ومنذ اليوم نناقش البيوت فكرة السفر الى الاسكندرية وموانئ البحر الاخرى ، وسوف تقوم الازمات بين الأزواج والزوجات على « التصييف » كما قامت على كساء الصيف . . .

ومن يدري فقد يكون فصل الصيف « فصلا » لكثير من الزيجات التي قامت على القشور والتفاهات . . .

يوما ولا يبقى الا معروف العيش والملح وأنعم به من ادم ..
حقا ان بعض الناس في حاجة الى أن تظهر نفوسهم من
الفكرة السائدة بأن الجبن سيد الاخلاق !



فضل الثورة :

تزوجت أخيرا بعد انتظار دام نحو عشرين عاما في انتظار
زوج كان الشرط الاول فيه أن يكون وارثا لالف فدان أو
مرشحا على الاقل لهذا الارث الكبير !
تزوجت لان الثورة حدثت من هذه الفوضى وجعلت أثري
الاثرياء لا يملك أكثر من مائتي فدان ، وهو قدر كبير عندي ،
لاني لا أملك فداناً ولا أعرف كم يضم الفدان من قراريط !
تزوجت المسكينة لا صاحب أطياف بل تزوجت موظفا في
حدود الخمسين يتقاضى مرتباً لا يتجاوز الخمسين جنيها ،
ووجدت بعد عشرين عاما وبعد أن بلغت نحو سبع وثلاثين
سنة أن الخيرة فيما اختاره الله لها وأن الزواج ليس تجارة ،
وأنه شيء لا يقوم بمال أو طين ..
أحمد الله أن عقدتها قد « انفكت » كما يقول أولاد البلد ،
وأصبحت زوجة بفضل الثورة التي قربت بين الطبقات
وأعادت العقول الى الرفوس ، وأقنعت الكثيرات بفضائل
الزواج ..

استاذ في الجامعة ...
وما أتفه بعض أساتذة الجامعات ! يطلب زميله فيسأله
عنا طبع وعما اشترى ، وعما يصنع ، تماما كما تفعل السيدات
الثقات ، يؤدي حضرته زيارة في التليفون ، وتطول الزيارة
والله وأقولها غير حائث - ساعة أو أكثر من ساعة في
حديث فارغ لا يرضاه كنية الارشيف في مصالح الدولة ،
فالزمن عندهم أغلى وأثمن ، أما عند استاذ الجامعة فالزمن
ليس له حساب ، ودروس تلاميذه لا تحتاج الى تحضير أو
دراسة ، ورأسه الخاوي قادر على زيارة التليفون ساعة بل
ساعات في حديث ، بعضه للاسنف الشديد يؤخذ عليه قانون
العقوبات !



سيد الاخلاق :

قالوا ساخرين ان الجبن سيد الاخلاق ! وتذكرني هذه
الحكمة ، ويا لها من حكمة ! بقصة حكاه لي موظف في احدى
الوزارات فصلوه أخيرا ، والتقى به صديق أو قل محسوب
عليه سبق أن رقاؤه وسنده حتى أصبح قريبا من بعض الوزراء
.. قابله هذا الصديق فجري بعيدا عنه كما يجري السليم
من الاجرب فقد خشي أن يراه أحد من الناس فينقل الى رؤسائه
أنه كان شجاعا وصافح مفصولا .. ونسي المسكين أن العيش
والملاح أقوى من الرؤساء ، وأن من لا يقيم وزنا لهذا الادام
لا خير فيه لرئيس أو لوزير ، فهؤلاء جميعا سيتركون وظائفهم

معروضات لهذا الصيف

تمت اصحاب الفضل المحدود من الصور على

أحدث الأزياء

بأرخص الأسعار



للرجال

قميص اسود جاهز ٣٣
" بويلين مستورد ٧٤
بويلين مستورد للعصران ٤٤
فريشما للبيد ١١٠ و ١١٦ و ١٧٣
ومجموعة منقحة من الأقمشة والخردوات للرجال والأزواج

لل سيدات

قميص مطبوع مستورد ٥٩ و ٤٦
" شاتونج مائة ٣٤ و ٢٨
فانتين بركان جاهزة ١٤٥ و ١٤٥
" قميص جاهزة من ٣٧٥ - ١٤٥

وتشكيلة جميلة من الاقطان والحرير السادة والمطبوعة

محلات أولاد اسلام

فروع القاهرة : ميدان الفلكس - ٨٧ شارع شبرا - ميدان الساعة بالجيزة

المحلات مفتوحة
كل يوم أحد



امهات الفائزين في المسابقة في دار مجلة بنت النيل وقد حملت كل واحدة طفلها في اعتزاز وفخر

من الفائزين في سابقة أصح طفل

في عدد أكتوبر سنة ١٩٥٢ أعلنت مجلة بنت النيل عن مسابقة لأصح طفل في مصر والشرق العربي اشترطت فيها أن يكون عمر الطفل المتسابق بين السنة والتسع سنوات وقررت اعلان نتيجة المسابقة في أول يناير سنة ١٩٥٣ .

وبدا سيل صور المتسابقين يتدفق على إدارة المجلة بشكل لم تعهده من قبل ولم ينته شهر نوفمبر الا واتضح للقائمين على هذه المسابقة أن ستة أعداد غير كافية لنشر الصور التي وصلت فرأت أن تؤجل اعلان النتيجة الى شهر مارس وضاعت عدد الصفحات التي تنشر فيها صور المتسابقين حتى بلغت الست ولكن ظل عدد الصور المرسله من القراء يزداد فرأت المجلة نفسها مضطرة الى تأجيل اعلان نتيجة المسابقة مرة ثالثة وزيادة

عدد الصفحات المخصصة لها .

وأخيرا ظهرت النتيجة في عدد أبريل الماضي ففازت بالجائزة الأولى الطفلة سلامة محمد نجم وبالجائزة الثانية ليليان اسحق عزيز وبالجائزة الثالثة الطفل عبد العزيز محمد عبد العزيز وبلغ عدد المشتركين الذين نشرت صورهم وانطبقت عليهم شروط المسابقة ٢٧٦ ولو لم ننه المسابقة في هذا الموعد لوصل عدد المشتركين الى ما يقرب من الالف .

وفي صبيحة يوم الخميس الموافق ٩ من ابريل الماضي اجتمع بمجلة بنت النيل آباء وأمهات الاطفال الفائزين في مسابقة أصح طفل . وكان منظر الاطفال يبعث السرور والسعادة في النفوس . فللطفولة نشوة وجمال يقدرهما كل انسان .

وكان في استقبالهم الدكتورة ديدة شفيق وأسرة تحرير المجلة . وبعد تناول

المربطات ، أخذت للحاضرين بعض الصور التذكارية ، ثم توجهوا جميعا الى المحلات التي تفضلت بالمساهمة في تقديم جوائز هذه المسابقة .

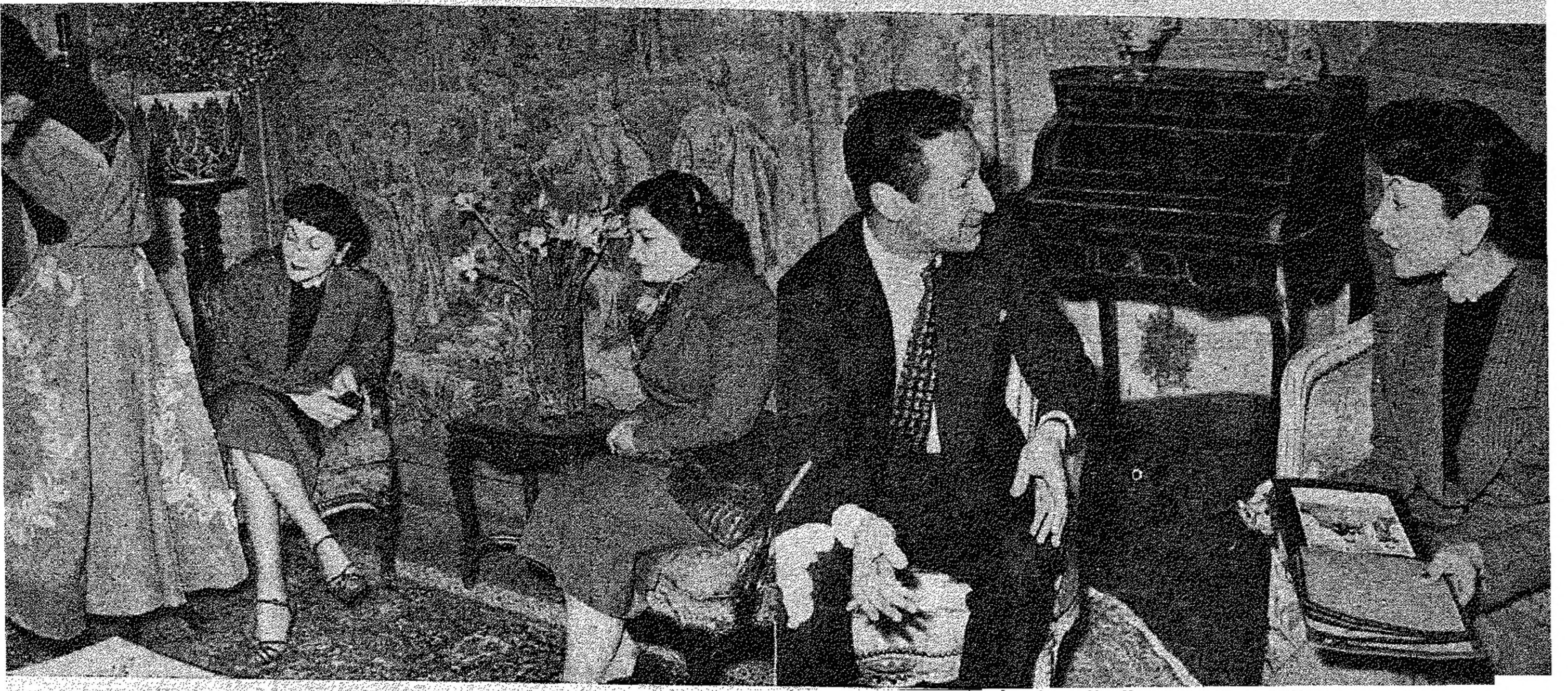
فزاروا أولا محلات الاستاذ بيير كلوفاس الخياط الشهير الذي رحب بهم وعرض عليهم مجموعة الازياء التي قام بتصميمها بنفسه لموسم الصيف فاختسارت حضرة السيدة والددة الفائزة الأولى الطفلة سلامة محمد نجم فستانا غاية في الاناقة وحسن الابتكار وقيمتها خمسون جنيهًا قدمه حضرة الاستاذ كلوفاس مساهمة منه في هذه المسابقة .

ثم توجه الجميع الى محلات تريدكو الكبرى بشوارع شريف باشا بالقاهرة ، فاستقبلهم حضرات مدير ورؤساء الاقسام بكل ترحاب وبمسند أن جالوا في مختلف الاقسام وشاهدوا أجمل المعروضات انتقلوا الى قسم

ملابس الاطفال حيث اختارت حضرة والددة الفائزة الأولى الطفلة سلامة محمد نجم كسوة مكونة من الملابس الداخلية والخارجية ، قيمتها عشرون جنيهًا . كما انتقت أيضا حضرة والددة الطفلة ليليان اسحق عزيز الفائزة بالجائزة الثانية كسوة من الملابس الداخلية والخارجية قيمتها عشرة جنيهات مصرية وقد قدمت هاتين الجائزتين محلات تريدكو الكبرى .

وذهب حضرة والددة الطفلة عبد العزيز محمد عبد العزيز الفائزة بالجائزة الثالثة الى محلات جاتينيو الكبرى بشوارع محمد بك فريد بالقاهرة حيث استقبلهم حضرة مدير تلك المحلات وانتقل بهم الى قسم لعب الاطفال حيث اختار الطفل لعبة قيمتها خمسة جنيهات قدمتها محلات جاتينيو الكبرى .

كما وزعت على كل طفل اشترك في هذه المسابقة



تفكير قبل الاختيار

« شقي » جدا .
واختتمت اجاباتها بقولها :
« نحن نعمل كل ما في
وسعنا في سبيله ، أما
المستقبل فييد الله كما انه
خاضع لظروف الحياة ورأى
الولد نفسه حينما يشب
ويكبر . »

وان بنت النيل اذ تهنيء
الاطفال الفائزين بفوزهم
تشكر كل الشكر حضرات
القراء والقارئات الذين
والد ووالدة الفائز الثالث في محلات جاتينو



اختيار الثوب

عليه بودرة تالك ماركة
بوريال مقدمة من المسـيـو
جورج سبانوس الوكيل العام
في مصر .

هذا وقد انتهزت المجلة
فرصة وجود أمهات الاطفال
الفائزين ووجهت الى كل
واحدة منهن الاسئلة التالية :

السؤال الاول : ما هو
شعورك حينما طالعت نبأ
فوز طفلك في المجلة ؟

السؤال الثاني : ما هي
الصفات البارزة التي تعجبك
في طفلك وما هي العيوب التي
تضايقك فيه ؟

السؤال الثالث : ماذا
تتوقعين لطفلك من مستقبل
ماذا تتمنين له ؟
وكان رد حضرة السيدة
والدة الطفلة سلامه محمد نجم
على الاسئلة كالاتي :

« ان الشعور الذي خالجنى
لم يكن بالجديد على وهو
شعور بالفرح طبعاً ، أما عدم
حدته فنأشئ من أن طفلي
الثانية قد فازت عدة مرات
في مسابقات كهذه في لبنان . »

« ان الصفات البارزة في
طفلي هي تلك التي أهلتها
لنيل الجائزة الاولى ، أما
العيوب التي تضايقني فيها
فهي غيرتها من شقيقتها
وعنادها . »

« ان هذه المسألة متروكة
للظروف وميول ابنتي نفسها
ونحن « أنا وزوجي » نحاول
أن نعد الطفلة اعداداً طيباً
لمواجهة الحياة بحيث تنال
حظاً طيباً من التعليم وبحيث
تحيط بها صحبة منتقاة من
لداتها ، وبالطبع أنا أتمنى
لها كل سعادة وهناء . »

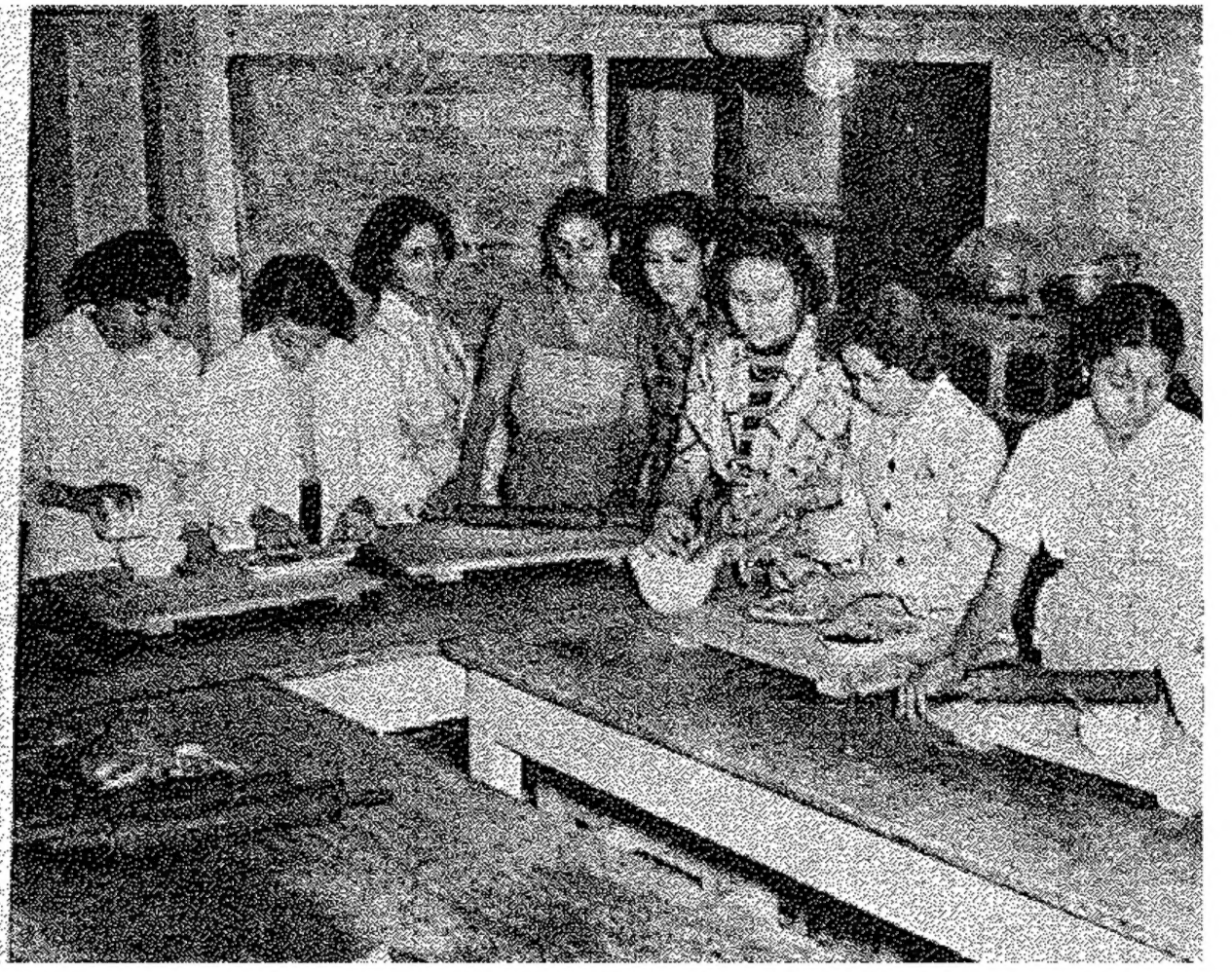
أما والد الطفلة ليسان
اسحق عزيز الفائزة الثانية
فقد قال بعد أن استمع الى
اجابة والدة الفائزة الاولى انه
لن يضيف شيئاً عليها ففيها
الكفاية كل الكفاية بالنسبة
لطفله ليسان .

وكانت والدة الطفل عبد
العزيز محمد عبد العزيز
فرحة مستبشرة وهي تجيب
على الاسئلة الواحد تلو الآخر
قالت لنا :

« ان شعورها طبعاً هو
شعور كل أم لها طفل حقق
فوزاً تتمناه له في كل أبواب
الحياة . »

وردت على السؤال الثاني
قائلة :

« ان صحته جميلة وكذلك
ملامحه ، أما عيوبه
التي تضايقني فهي العناد
والاصرار على الحصول على كل
ما يريده بكل الطرق وخاصة
البكاء والخلاصة فطفلي



هنا يصنعون الأمهات

وتقدم من بعدها العلم ولا تعرف الطالبات من أمر الآلات الجديدة شيئا اللهم الا فيما يقمن به من رحلات علمية يزرن فيها الجمارك والبنوك والشركات حتى يعرفن أحدث النظم التي تسير عليها هذه المؤسسات ولكي يحطن علما بما قدم العلم للتجارة من مستحدثات تسهل العمل وتزيد الانتاج . ان القاهرة بأكملها لا توجد بها سوى مدرسة تجارية واحدة للبنات فلن يضير وزارة المعارف شيئا أن تشتري بضع آلات لن تكلفها أكثر من بضع مئونات من الجنيحات لن ترهق ميزانية الدولة وتستفيد منها فائدة كبرى .

ثم البناء . . ان (البدر) قد استغلته المدرسة أيضا ليكون مكانا لدروس التدبير ولولا هذا لما استطاعت المدرسة أن تؤدي رسالتها . وعلى العموم ان تعليم البنات تعليمًا تجاريًا لن يشغل الفتاة عن بيتها وما فيه ، بل ان الشركات قد تنبعت لتقدم الفتاة في هذا المضمار فاستخدمت الفتيات قبل الرجال لانهن أظهرن مهارة وصبرا في تأدية عملهن .

وانا نرجو أن يسمي الجميع لمعاونة الفتاة المصرية على مواجهة مستقبل حياتها والالام بجميع نواحيها حتى تصير اما نعتد عليها في بناء أجيالنا .

فتحي محمد عبده

هذه العادة في الفتاة فتشرب عليها وتخلق بيتا صحيحا لا تزوره العلل .

وتفسر السيدة احسان زكي اهتمامها بالرياضة البدنية بأنها ترمي الى خلق هذه العادة في الفتاة فتشرب عليها وتخلق بيتا صحيحا لا تزوره العلل والاسقام

ومن الغريب أن المدرسة نبذل ما في وسعها لكي تقدم لنا جيلا من الفتيات الصالحات ، وتبذل الفتيات مجهودا جبارا أيضا لكي يفدن مما يتعلمن . . ولكن وزارة المعارف لا تقدر فيهن هذا المجهود وتعمل على اضعافه هباء . . فجدران البناء تقع تدريجيا ولا حل لها ، والآلات التي تتعلم عليها الفتيات قد مضى عليها الزمن

ففي كل عام يخرج من المدرسة مائة وعشرون طالبة قد يسمع الانسان عن نجاحهن ولكن لا نجد شخصا واحدا يهتم بأن يقدر المجهود المضني الذي بذل في اعسداد كل واحدة من هؤلاء لكي تواجه المجتمع الذي تعيش فيه . .

تدخل الفتاة وقد حصلت على الشهادة الابتدائية . . فلا يكتفى باستكمال حصولها العلمي في السنتين الاوليين بل تتعلم كيف تدير شئون بيتها وكيف تنظم مطبخها بحيث لا تكلف زوجها كثيرا في مستقبل حياتها ، وبجانب هذا نتعلم التفصيل والخياطة الى جانب العلوم المختلفة .

وتفسر السيدة احسان زكي اهتمامها بالرياضة البدنية بأنها ترمي الى خلق

تري . . هل يمكن للفتاة ان تجمع بين العمل والبيت في آن واحد ؟ ان الكثيرين لا يؤمنون بأن المرأة تستطيع ان تقوم بأي عمل وتؤدي واجبها نحو بيتها في نفس الوقت . . واذا ضربت لهؤلاء مثلا بامرأة من النساء اللاتي نقابلهن في حياتنا اليومية . . فاننا سنجد حتما من يقول : ومن يدرينا ماذا تعمل في بيتها ؟ ربما تركت امره للخدمات يرتبته وفسق هواهن !

وانى لا احب ان اجادل هؤلاء ولكني اقدم لهم هذا التحقيق الصحفي الذي يشهد ان الفتاة حين تتعلم لا تهتم بالمواد العلمية فحسب وانما تتعلم ما يحتاجه بيتها قبل أي شيء آخر . . والدليل على ما اقول هو تلك الصور التي نشاهدها مع هذا الكلام والتي اخذت لطالبات المدرسة الثانوية التجارية للبنات .

ان السيدة احسان زكي ناظرة المدرسة تؤمن بأن الفتاة لا بد أن تتعلم شئون بيتها وتتنقها بجانب اتقانها للمواد العلمية وقد دلت الاحصاءات على أن خريجات المدرسة بالرغم مما يقمن به من مجهود شاق في أعمال البنوك والشركات فان اللاتي تزوجن منهن قد اثبتن أنهن أمهات صالحات ، جديرات بأن يقدمن لنا الاجيال التي ستبنى مجد الوطن .





النساء في هيئة الأمم المتحدة

« تعترف الأمم المتحدة بحقوق المرأة وتفسح لها مكانا تحتل مقاعد الشرف في الجمعية العمومية »

كان من النادر منذ سنوات العثور على امرأة بين الدبلوماسيين. أما اليوم فإن من يشهد جلسات الجمعية العامة للأمم المتحدة، يرى عددا كبيرا من النساء جالسات بين زعماء العالم.

لا يقل عدد الدول التي تشترك المرأة في عضوية وفودها لدى الدورة السابعة للجمعية العامة عن ٢٢ دولة، ففي الصف الأول من مقاعد الجمعية تجلس مسز فرانكلين د. روزفلت بين السفير وارن اوستن والسفير ارنست جروس من أعضاء وفد الولايات المتحدة كما تجلس ضمن أعضاء وفد المملكة المتحدة مسز ا. ايمت ومدام س. م. سبرانسكايا ضمن أعضاء وفد الاتحاد السوفيتي.

وإذا نظر الانسان الى الوفود الجالسة في الصفوف الأخرى، حسب الترتيب الأبجدي، يجد للمرأة مكانا بين أعضاء وفود بلجيكا وبوليفيا وروسيا البيضاء وكندا وشيلي وتشيكوسلوفاكيا والدانمرك وسان دومينيك وفرنسا والهند واندونيسيا والعراق وهولندا والنرويج والباكستان وبولندا والسويد وأوكرانيا.

وثمة امرأتان على رأس وفدين من وفود الدول لدى الأمم المتحدة، احدهما هي مدام فيجايا لاکشمي بانديت، سفيرة الهند السابقة في موسكو وواشنطن وشقيقة النانديت نهرو، رئيس وزراء الهند، والاخرى هي الدكتورة جرتودا اسيكانيوفا كاكرتوفا نائبة وزير الخارجية في تشيكوسلوفاكيا.

ولهذه النساء تأثير في مجريات الحوادث، وفي تاريخ عصرنا هذا، بما يعربن عنه من آراء، سواء في المناقشات العامة بالجمعية أو في أثناء اشتراكهن في بعض اللجان الهامة. فهن يساهمن في القرارات التي تتخذها الأمم المتحدة بشأن مختلف المسائل السياسية والاقتصادية والاجتماعية والثقافية والقانونية.

وهكذا كان للدورة السابعة للجمعية العامة الفضل في زيادة أهمية الدور الذي تلعبه المرأة في المجالس الدولية.





بمخفى
علوماتك
التاريخية

(٢) ما اسم ملك اليمن الذى قتله
الثوار في السنين الأخيرة ؟
أ - الامام عمر
ب - امام يحيى
ج - الامام عبد الله

(٢) ما اسم العناصر الهولندية التى
تقطن جنوب افريقيا ؟
أ - البوشمن
ب - البانتو
ج - البوير

(١) ما اسم رئيس الولايات المتحدة
الامريكية الذى حرر العبيد ؟
أ - جيفرسون
ب - لنكولن
ج - ولسن

لانتقاله الى مرحلة أخرى أعلى
من السابقة .

هذا هو التعريف المجرد
للامتحان دون نزويق او لف
أو دوران . . .

وهذا الامتحان قد لا يؤدي
المهمة المفروض انه وضع
لتحقيقها او بمعنى آخر اثبات
ان شخصا قد انتهى من مرحلة
دراسية معينة بسبب بعض
الظروف الخارجة عن ارادته
ولكن موضوع بحثنا الان لن
يكون هذه الظروف الطارئة
اذ هي كثيرة وشخصية في
كل حالة تقريبا . .

ان ما نريد مناقشته الان
هو كيف نجعل الانسان في
حالة تمكنه من التفاعل تفاعلا
حرا كاملا يؤدي الى الغرض
المنشود مع هذه التجربة ، أى
الامتحان .

ان الطالبة عندنا في مصر
أو على العموم في الشرق لا
يشغل بالها من الامور الا
ما يتعلق بدراستها وعلى هذا
الاساس يجب اعتبار كل
شيء يعطلها عن الامتحان
وهما طارئا ليست له أرض
ثابتة يقف عليها .

وهذه الاوهام كثيرة
يخترعها العقل البشرى غالبا
كيما يبرر بها عدم رغبته
القيام بأى مجهود جبار مثل
ذلك المجهود الذى سيبدل
لاحراز النجاح في الامتحان،
وأول هذه الاوهام الاعتقاد
في المرض بينما تكون الطالبة
غير مريضة اطلاقا . . وقد
ذكرت حجة المرض باللات

نحن الان في شهر مايو
أى في شهر الامتحانات . .
ان انوار غرف الاستذكار
لا تنطفئ في هذا الشهر الا
بعد منتصف الليل في العادة
وعيون الطلبة والطالبات
لا تنام الا بعد هذا الوقت . .
ولكن الاهم حقا هو أعصابهم
وعقولهم .

في هذه الفترة ، أى في
آخر العام الدراسى نجسد
أعصاب المستذكرين وعقولهم
حساسة جدا ومجهدة جدا ،
وذلك لسيطرة فكرة واحدة
عليها هي فكرة الامتحان . .

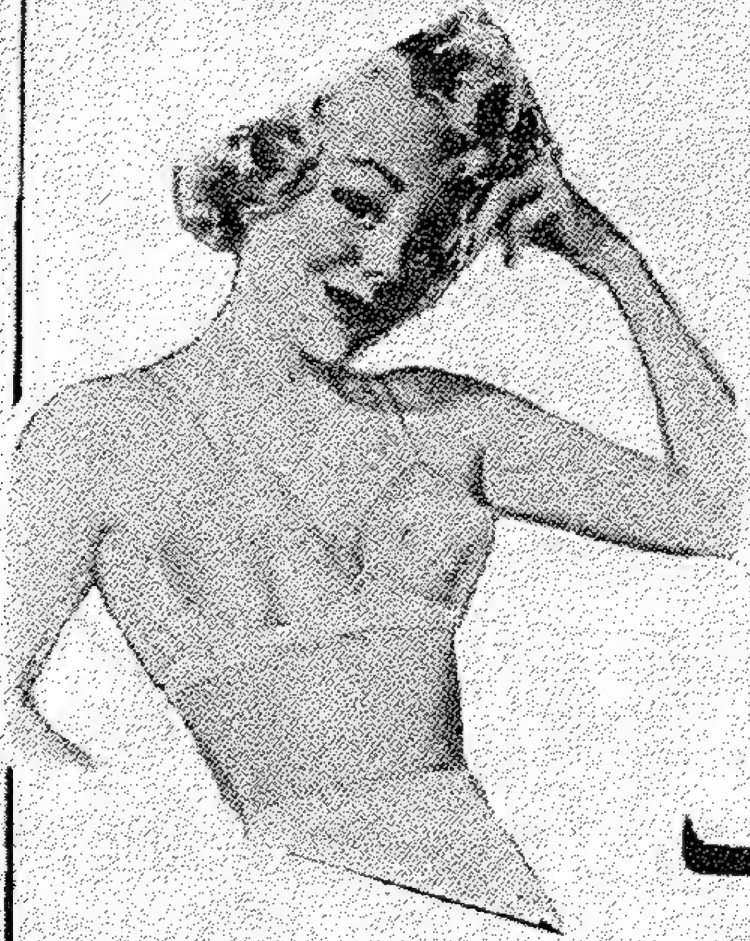
ان الامتحان شر لا بد منه
ان شئت الصراحة وعلى هذا
الاساس يجب أن تواجهيه .
اننا في مضمار حياتنا
اليومية العادية نواجه آلاف
الاختبارات دون أن نحس أو
نشعر ، ودون أن نعي أيضا .
نجتاز هذه الاختبارات
بنجاح . . والواقع اننا يجب
أن نواجه « الامتحان » وكأنه
أمر من أمور حياتنا العادية
رغم ما يحيط به من مظاهر
تؤثر في نفسيات الكثيرات
من طالباتنا .

وعلى الان أن نعرف لك
الامتحان . ولن نقول لك
كلماتنا التى قلناها في الاسطر
السابقة ، أى انه شر لا بد
منه ، لانك ولا بد قد حفظتها
عن ظهر قلب ، ولكننا سنقول
لك انه ليس سوى محاولة
ومحاولة رسمية لاثبات ان
شخصا ما قد انتهى من مرحلة
تعليمية معينة وذلك تمهيدا

عند الامتحان



تجاسس في قوائمك..



باستعمال
المعجزة الأمريكية
سريبات

پرما لیفت



تألیف رائد

تألیف

عن الأذونات



تباع في جميع المحلات الكبرى

للجملة : شركة الجابري

العلاقة : شارع ابراهيم باشا ٤١١٥٩ - ٤١٨ - ٥٠
المنطقة : ١٥١ شارع ميزوسترين ٢٧٦٨١



٥) في عهد من اشترت إنجلترا حصة
مصر في أسهم قناة السويس ؟
١ - الخديو توفيق
ب - الخديو اسماعيل
ج - السلطان حسين كامل
(الاجابة الصحيحة ص ١٣)

٤) ما هو اللقب المحلي الذي يلقب
به امراطور الحبشة ؟
أ - التجاشي
ب - اللاما
ج - الملك

التفكير في السؤال فقد
ثبت أن هذا هو الاصح وانه
لا داعي لسؤال صديقة
تجلس بجوارك هل هذه
الاجابة هي الصحيحة أم لا ؟
ان مثل هذا الاسئلة ان دلت
على شيء فأنما تدل
على تشكك في نفسك وان
أنتجت شيئا فلن تنتج سوى
التشتت .

٢ - عليك بتلافي التطويل
في الاجابة لانه سيششت
فكرك وقد يخرج بك عن
المطلوب . تعلمي كيف تعطين
أفكارك الالفاظ المناسبة .

٣ - حاولي باستمرار كتابة
اجاباتك على شكل نقط لأن
هذا يشعر المصحح بأنك ملهمة
بالموضوع محيطة به من كافة
نواحيه .

٤ - لا تحاولي التفكير في
المادة التي ستؤدين الامتحان
فيها في اليوم التالي بينما
انت في لجنة الامتحان لان
هذا من الخطورة بمكان ،
ركزي نفسك في المادة التي
تجيبين عن أسئلتها .

٥ - وأخيرا لا تراجع
ليلة الامتحان الا المادة التي
سبق لك ان استذكرتها من
قبل لان قراءة أي شيء جديد
لن ينتج سوى انهالك عقلك
وتشتيت فكري . ان المراجعة
ان هي الا المسام استعراضي
للتفاصيل والامتحان الذي
يليه ليس سوى امتحان
لقدره الانسان على هذا الالمام
١٠ غ .

لأنها منتشرة عندنا والرد
عليها غاية في البساطة اذن
الحقيقة التي توصل اليها
العلماء تقول بأن العقل
البشري في مقدوره العمل
والعمل الى ما لا نهية وذلك
اذا كان عمله غير مصحوب
بمجهود عضلي شاق .

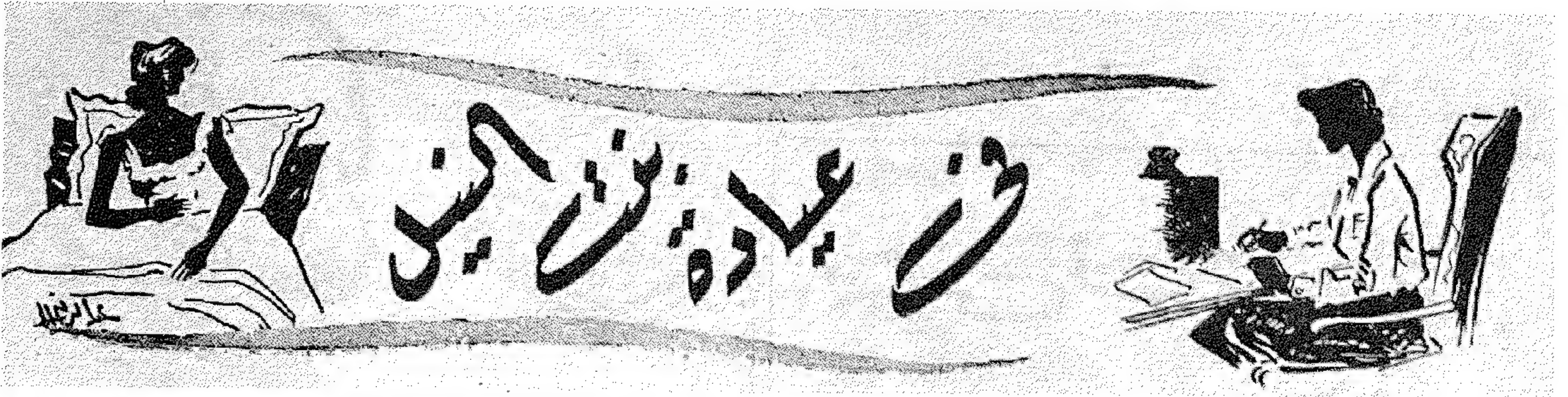
فلتعلم كل طالبة ان في
امكانها احراز النجاح اذا نظمت
نفسها ورتبت أمورها بحيث
تستذكر عشر ساعات يوميا
في هذا الكفاية ، كل
الكفاية .

وثاني هذه الالهام أهمية
ما يحدث عادة لدى الطالبات
ذوات الحساسية الشديدة
من اصطدام شعورهن
بكرامتهن باحتمال الرسوب
في الامتحان مما يؤدي الى
عدم التركيز والتشتت بينما
هذا التركيز هو أهم
مستلزمات النجاح - لا في
الامتحان فقط - ولكن في
الحياة أيضا .

ان التركيز هام جدا ومن
الزم لوازم كل عمل يقوم به
الانسان ، والعمل العقلي
بالذات في حاجة الى التركيز
ولذا يجب العمل بكل جهد
بحيث تبتعد كل طالبة عن
الاجواء التي تساعد على
التشتت .

والان اليك بنصائحنا حتى
تؤدي امتحانك بطريقة
صحيحة .

١ - عليك بتسجيل كل ما
يرد الى ذهنك مباشرة عقب



زيادة على فائدة المولود منها طبيا وغذائيا ، ويكفى اعطاء الثدي مدة خمس دقائق لكي يفرغ أغلب ما في الثدي فاذا ترك الثدي في فم الطفل مدة أكثر من ذلك قد تتسبب في التهاب الحلمات أو تشققاتها .

والكميات التي يحتاجها الطفل في الايام الاولى قليلة فيجب ألا تغالي الام في اعطائه ما يزيد عن حاجته من السوائل السكرية الكثيرة التي قد يتقايأها ثانياً أو تتسبب في افساد نظام الهضم في الايام الاولى بعد الولادة .

كما قد تغالي بعض الامهات في أخذ بعض الاغذية ظناً

منهن أنها تزيد في ادرار اللبن ، والتي كثيراً ما تسبب مضايقتهم أكثر مما تفيدهم ،

فليس من السهل على الام أن تغير تركيب لبنها بتغير كميات طعامها ، وعليها ألا

تغير من طعامها المعتاد ولا من نظام تناوله ما دام هذا الغذاء

يحتوى على الكميات المناسبة من المواد الزلالية مثل البيض واللبن واللحوم والجبن والفواكه والخضر . ولعلنا

لا ننسى أن الام هي الوحيدة التي تقرر ان كان هذا الغذاء هو المناسب لها من عدمه ،

فعليها أن تمتنع عن الطعام الذي تلاحظ أن له تأثيراً ضاراً عليها أو على طفلها ،

فبعض الاطعمة قد تتسبب في الاقلال أو تغيير طعم اللبن في بعض السيدات ، وبعضها

قد يتسبب في عسر هضم الطفل ، ولكن لا يمكن الوصول اليه إلا بالتجربة الشخصية .

بعض الاخطاء عن الرضاعة

للدكتور محمد شوقي عبد النعم

الثدي طول مدة الحمل لا يفرز اللبن متساقطة بافرازات المبيضين والمشيمة (الخلاص) فيكبر حجمها وتغير لون الحلمات ، حتى اذا ما جاء

أوان الولادة نزل اللبن نتيجة لافرازات الغدة النخامية عن عملها ويستمر افراز اللبن

نتيجة لعاملين مهمين هما :
١ - رضاعة الطفل من

الثدي .
٢ - تفريغ الثدي مما فيه

من اللبن ، فاذا لم يتم ذلك كما يحدث عند وفاة الطفل المولود مثلاً - يتوقف افراز

اللبن من نفسه ، فذا فهمنا ذلك ، فهمنا أهمية التشدد

في اعطاء الثدي للطفل كاسرع وأحسن طريقة لافراز اللبن

من الثدي بدلاً من الجرى وراء الادوية والاعلانات عن

الخلاصات المختلفة للاكتثار من اللبن ، فالطريقة الوحيدة العملية لضمان استمرار

نزول اللبن هي الاستمرار في اعطاء الثدي للطفل المولود ، فيعطى الطفل الثدي بضع

دقائق في مدة الأربع وعشرين ساعة الاولى من بعد الولادة

ليمتص منها الافرازات المائية الموجودة بالثدي منذ منتصف مدة الحمل ، وهذه الدقائق على قلتها لها فائدتها الكبيرة في تنبيه الثدي لافراز اللبن

فلو كانت الام مصابة بمرض معدى مثل السنل مثلاً ، فاننا نفصل الطفل عن أمه خوفاً من اصابته من أمه .

وقد تحتاج بعض الامهات بعدم ظهور الحلمات ، أو بامتناع الطفل الضعيف من مص الحلمات ، واستخراج

اللبن منها ولكن هذا العذر غير مقبول طبعاً ، فمن الممكن

استخراج اللبن بشفاطة أو بالتدليك ثم يعطى للطفل بالمعلقة أو بالثدي الصناعي ،

وقد تعتذر بعض الامهات بضعف الصحة العمومية . .

ظناً أن ضعف صحتهن يؤدي لنقص أو تغيير في تركيب اللبن ويطلبن ارضاع الطفل

غذاء صناعياً خشية عليه من الضعف ، ولكن التحاليل

الطبية تثبت أن تركيب اللبن لا يتأثر كثيراً بصحة الام أو ضعفها اللهم الا من نسبة

بعض الفيتامينات ومن المؤكد أن الام تستطيع تعويض هذا النقص لو تناولت

بعض الاغذية الجيدة بنصف ثمن ما سوف تصرفه على

طفلها من أثمان الادوية والفيتامينات والالبان الصناعية أو الطبيعية بعد

فطام الطفل .
وتستعد غدد اللبن في

لعله من الصعب جداً أن نجد من يجادل في فائدة رضاعة الام من ثدي أمه ، فلبن الام لا يعادله أى لبن آخر في تركيبه المناسب لنمو

الطفل والرضاعة تساعد على رجوع أعضاء جسم

الوالدة الى حالتها الطبيعية كما كانت قبل الحمل ، وكذلك تجمع الامهات على

كثرة المضار والمضايقات التي نسبها الرضعات والالبان

الصناعية مهما تختلف أنواعها ومصادرها ولكن بالرغم من كل ذلك نجد أنه من النادر

أن تجد الام التي لا تسارع في فطام ابنها عند أول بادرة لاي مشكلة تصادفها أثناء

الرضاعة فتحرم الطفل من غذائه الطبيعي وتعرضه

للمرض نتيجة للوصفات الغذائية أو الالبان الصناعية ولا توجد الا بعض الحالات

القليلة التي تضطر فيها لحرمان الطفل من أمه ، خوفاً عليه ومراعاة لحالته هو ،



ضعف
هزال

فترال شرا

شراب هيموجلوبين

دشيان

بمورد الدم ومطهر الفم - يرفع من الشهية والطعام

الرمد الربيعي

للدكتور احمد محمود عبد النبي
حكيمباشى الرمد بمستشفى باب الشعرية

فى مثل هذه الايام من كل عام - أى فى فصل الربيع - تزداد الشكوى عند بعض الأشخاص من مرض بالعينين يسمى (الرمد الربيعي) . وليس لهذا المرض سبب معروف الا أن معظم أطباء العيون يميلون الى الاعتقاد بأن هذا المرض ظاهرة من ظواهر ازدياد الحساسية مثله فى ذلك مثل الارتيكاريا التى تصيب الجلد بعد أكلة من البيض أو السمك مثلا .

والرمد الربيعي قليلا ما يرى فى البلاد الباردة مثل إنجلترا وفرنسا وألمانيا ولكنه يكثر فى البلاد الحارة صيفا مثل مصر والبلاد الواقعة على حوض البحر الابيض المتوسط كذلك تختلف حدة أعراضه حسب شهور السنة ، ففي البلاد ذات الشتاء البارد تبدأ الأعراض فى شهر مايو ويونيو ، وتكاد تختفى فى الشتاء . ولكن فى البلاد الحارة نجد أن أعراض هذا المرض تظهر طوال أيام السنة .

والرمد الربيعي يعتبر مرض الشباب حيث يصيب الشبان والشابات وخاصة الذين تتراوح أعمارهم بين

السادسة وسن العشرين . . . ونادرا ما يصيب شخصا بعد سن العشرين .

وهو يصيب العينين حيث يشعر المريض بأكلان شديد بالعينين مع افراز مخاطي قليل واحمرار بالملتحمة (بياض العينين) وعندما نغلق الجفن الى أعلى نجد أن بسطحه الداخلى مربعات صغيرة متراسة بجانب بعضها ذات لون أبيض كأنه قد سكب عليها قليلا من اللبن . . . وعند فحص هذا الافراز بالميكروسكوب نجد به خلايا خاصة هى التى تميز هذا الرمد عن بقية الامراض . . . وقد ينتج عن هذا المرض فى بعض الاحيان ارتخاء فى الجفون فيبدو المصاب كمن يغالب النعاس .

العلاج :

هذه الاعراض تعاود المريض سنويا لمدة تتراوح بين ثلاث وخمس سنوات ، ولكن قد تزيد هذه المدة أو تنقص ثم يشفى المريض تماما بدون أن يترك أثرا فى العين .

ولتخفيف حدة هذه الاعراض ينصح المريض بتغيير الجو فى الصيف ووضع نظارات سوداء لحفظ العينين من أشعة الشمس ، والاتربة مع استعمال بعض القطرات المسكنة . . . ويجب عدم استعمال أى نوع من القطرة أو الغسيل الا بعد استشارة الطبيب لتقرير اللازم .

الاجابة الصحيحة

على الاسئلة المنشورة
فى صفحة ١١

- ١ - لتكون
- ٢ - البوير
- ٣ - الامام يحيى
- ٤ - النجاشي
- ٥ - الخديو اسماعيل



صداع؟

شكرا...

اسبرو

هذا ما يعقبه الكثيرون فى هذه الايام . ففى هذه الاوقات التى يجد بها كل فرد فى العائلة ان يقدّر فى اوقات اسبرو . وخاصة السيدات . فبالنسبة لمن يعتبر اسبرو نعمة ، إذ أنت أنت الملائكة المرحية ينفذ سريعا الى تجدتهم فيهدئ أعصابهم الرفقة ويوفر لهم الشعور بالراحة والراحة ، اسبرو يعين السيدات على منعهن من زيادة السخونة ويجلب نوما عميقا منعسا . نعم ! إن السيدات يدركن قيمة اسبرو .

مساعدة سريعة

واسعة

عاجلة!

أصبحت منذ ثلاثة أيام بركام شديد من أثر تعرضي للبرد منغني من الكلام الأصموية وشعرت من أثر ذلك بصداع فى الرأس حتى صرت لا استطع مباشرة على من الحبل واضطرت لأن أوم المنزل وصادف امس ان كنت انصفج جريدة الاهرام ان قرأت فيها اعلانا عن اقراص اسبرو لشفاء البرد فارسلت في طلب اثنين منها وتناولتهم فشعرت بعد قليل بالراحة وفى المساء تناولت اثنين آخرين فاشعرت بهدوء وراحة عظيمة على الاثر واستيقظت اليوم من نومي ولا أثر للبرد أو الزكام عندي فلم املك نفسي من أن اكذب اليكم شاكرًا لكم هذا القرص العجيب ذو السحر الخففى فى هيئة قرص راجيا لكم التوفيق فى نشر هذا القرص الصغير بين الناس لتستمتع المنفعة ويعظم الشفاء .
الطبيب محمد الجزاء تاجر بورد سعيد
انتابى دوار فى الرأس من صداع اصابنى فتعاطيت الاسبرو فما أدرى أهو قوة انزعجت منى المرض أم سحر أخرجه ؟ لقد شعرت براحة تامة عقب تناوله لذا وجب شكرى لكم ووجبت نصيحتي لأبناء وطني تناوله .



الوكلاء : ج . ب شريهان وشركاه
٤٠٠ شارع ٣ شارع ٤ شارع ٥ القاهرة ١١٨٦١

اشتركي فى نشاط بنت النيل

لمكافحة الامية بين الرجال والنساء

صحة أسنانك

ان الابتسامة الجميلة لا تعتمد على بياض الاسنان ولعانها فقط ولكنها تعتمد على عدة عناصر أخرى تكمل هذا العنصر الذي ذكرناه . هذا وأنه لمن حسن الحظ أن طب الاسنان قد ارتقى وقفز الى الامام في السنين الأخيرة بحيث أصبح في مقدورنا ان نحصل على اسنان جميلة وصحيحة في نفس الوقت ونحن مطمئنان ان اكثر الاطباء يعتنون الآن لا بالناحية الصحية فقط للاسنان ولكن بناحية الشكل واول واجب عليك ان كنت حريصة على الحصول على اسنان جميلة وصحيحة هو ان تراقبي غذاءك ثم عليك بعد ذلك بتنظيف أسنانك بالمعجون والفرشاة مرتين يوميا واخيرا لا بد لك من ان تترددي على طبيبك مرتين سنويا على الاقل . وقد يخيل اليك ان هذه الواجبات امرها سهل ولكن الواقع أثبت غير ذلك فقد تبين أن ثلاثة من كل خمسة لا ينفذونها رغم معرفتهم وإيمانهم بها ان الاغذية المنتشرة عندنا نحن المصريين اغذية غير صحية اطلاقا واليها ترجع أسباب أمراض أسناننا . ان اغلب هذه الاغذية مكون من النوع الدسم الهش في حين ان الاغذية الصحية حقا يجب ان تكون من نوع مخالف وأنا اقصد ان المضغ عملية لازمة وأساسية لتقوية الاسنان ولصحة اللثة لجعلهما قادرين على تحمل ومقاومة امراض الفم . ان اخطر انواع الاغذية على صحة أسنانك هي السندويشات والكعك والشطائر وانواع الحلوى المختلفة ..

ولتنظيف الاسنان يجب العناية باختيار نوع الفرشاة المستعملة وكذلك نوع المعجون . ويجب ان تستعمل الفرشاة رأسيا لا افقيا لان هذه الطريقة تقوى اللثة وتساعد على تنظيم الدورة الدموية اللازمة لصحة لثتك . ويستحسن الاعتماد على الاختبار الشخصي لاختيار المعجون المناسب لان مايتلاءم مع غيرك قد لا يتلاءم معك

واما نصيحتنا لك بزيارة طبيب أسنانك مرتين على الاقل كل عام فهي من قبيل الاحتياط فنحن نؤمن بان الوقاية خير من العلاج ولذا يجب عدم انتظار المرض ثم علاجه بل يجب اتخاذ كل الاحتياطات قبل وقوعها . أن الاسنان واللثة من المناطق الحساسة جدا في الجسم الانساني ولذا فهي معرضة اكثر من غيرها للمرض ... ويمكننا ان نؤكد دون مغالاة ان الكثير من الامراض الاخرى او مضاعفاتها على الاقل ناشيء من الاسنان ومرضها . اننا نطلب منك العناية بأسنانك حفظا لصحتك العامة . اياك والاهمال اذا وجدت اسنانك مصابة بأي مرض ... واذا احتاج ضرسك الى حشو بادري الى حشوه ويستحسن ان تطلبى من طبيبك ان يكون نوع الحشو من البلاستيك بدلا من الطريقة القديمة فلقد تبين ان الحشو البلاستيكي يعمر اكثر ولا يؤدي صحيا .



كل إنسان معجب بكيوتكس «سيليروف» الجديد



... وكل إنسان سيمجب بك ! لأن طلاء
أظافر كيوتكس يزيد في جمال أظافرك الطبيعي
ويدعو إلى أعظم المدح ! أنه يفوق في لسانه
ودوامه حتى أغلى الطلاءات ثمنًا ... لأن
كيوتكس يحتوى على عنصر الاناسيلون
المعجب قوى الاحتمال ! كما ان ميزة
« سيليروف » الرائعة تحول دون حدوث
أى ضرر باللباس والأثاث ... إذ أنها
تسمح بأعادة الزجاجة إلى وضعها الصحيح قبل
أن يقع أى ضرر ! اختارى اللون الذى
يلامعك من بين مجموعة الألوان المصرية الأنيقة



ديوان المحاسبة في البيت

للاستاذ سليمان على الدين
المفتش بديوان المحاسبة

ومن المصروفات ما هو
ثابت كالإيجار، فلا حول لك
ولا قوة في تخفيضه، ومنها
ما يمكنك بلباقتك أن تقلل
منه دون أن يؤثر ذلك في
مستوى معيشة الأسرة .
انك تستطيعين مثلاً
ياسيدتى - وأرجو ألا تفصلي
- أن تخفضي ما تصرفينه في
شراء مستحضرات التواليت
والتجميل دون أن يقلل ذلك
من جمالك . وأما عن ملابسك
فيجب ألا تسرفي فيها بحيث
تحتل ميزانيتك ، بل أنظري
إلى طاقتك أولاً ، فإن كانت
مواردك تسمح بمتابعة المودات
المتغيرة فلا بأس عليك ، أما
إذا ضاقت ميزانيتك عن ذلك
فلا تحزنى ولا تبتئسى فإن
حسن اختيار أقمشة ثيابك
والعناية بحياتها قد يعوضك
كثيراً عن الملابس الفاخرة
وقد يضيف عليك فستان
بسيط روعى فيه الذوق
السليم أضعاف ما يضيفه
عليك فراء غال مرتفع الثمن .
انك إذا حكمت العقل ولم
تجر وراء العاطفة في زينتك
وثيابك فإنك تستطيعين
ياسيدتى أن توفرى من هذا
الباب من المصروفات مبالغ
ذات بال .

وإذا قمت ياسيدتى ببعض
أعمالك المنزلية بنفسك
كحياكة ملابسك وملابس
زوجك وأولادك المنزلية فإنك
ولا شك ستوفرين مبلغاً لا
بأس به ، هذا بجانب اللذة
النفسية التى تستمتعين بها
ولا تنسى ياسيدتى أن
تراقبى خدمك أو خادمك
أثناء قيامه بعمله ، فإنك
مهما أغدقت عليه من كرمك
وأسبغت عليه من عطفك فلن
يكون حريصاً على بيتك
حرصك عليه ، انه يستطيع
باهماله أو تعمد أن يتلف
الأثاث والملابس ويحطم مافى
المنزل من أوان ويسرف في
استعمال المواد الاستهلاكية
كالمسلى والصابون وغيرها
وكل هذا قد يكلفك كثيراً .
وانك بمراقبتك إياه ستجنين
نفسك كل هذه الخسائر إلى
(البقية ص ٦٢)

لا تعجبي ياسيدتى
لعنوان هذا الحديث ، فإن
الدولة إذا كانت في حاجة إلى
ديوان للمحاسبة ، لمراقبة
ميزانيتها ، في تحصين
إيراداتها وانفاق مصروفاتها
فإن البيت بدوره ، وهو ذو
الميزانية المحدودة الموارد
والنفقات الكثيرة المتزايدة
في حاجة إلى ديوان
للمحاسبة لمراجعة إيراداته
ومصروفاته .

فأما عن إيرادات الأسرة ،
فإنها قد تكون جامدة ليس
من اليسير زيادتها ، كأن
يكون رب البيت موظفاً
ماهيته تكاد تكون ثابتة ،
أو صاحب أملاك ذات دخل
محدد ، غير أنه إذا كان
من الممكن زيادة الإيراد بأداء
الزوج عملاً آخر في أوقات
فراغه ، فإن هذا يؤدي إلى
إضافة مبلغ جديد إلى موارد
ميزانية المنزل ، كما قد
يترتب عليه بجانب هذا وفر
في النفقات التافهة التى قد
يصرفها الزوج في قضاء
الوقت الفاضل بالمقاهي
والسهر في الخارج ، لا سيما
إذا استطعت أن تهينى له
جواً جميلاً في المنزل بحيث
لا يفر منه إلى الخارج .

وإذا كانت موارد البيت
لا تكفى رغم هذا ، وكنت
تستطيعين ياسيدتى أن
تؤدي عملاً كريماً - بعد
اتفاقك مع زوجك طبعاً ،
وبعد أن تتأكدى من أن هذا
العمل لن يضر بيتك ولن
يترتب عليه إهمال العناية
بأطفالك وزوجك - إذا كان
الامر كذلك فلا تترددى في
أن تقضى إلى جانب زوجك في
كفاحه في الحياة ليجمع كل
منكما ما يستطيع لبناء
عشكما الجميل .

أما مصروفات البيت ،
فأنت ياسيدتى المسئولة
الأولى عن مراقبتها وتنظيمها
ومحو الاسراف منها ، فأنت
وزير مالية المنزل الذى توضع
بين يديه الأموال ليتصرف
فيها بحكمته وكياسته .

كوليغوس

معجون الأسنان

يجعل الأسنان أكثر نقادوة وصحة
والفم منعشاً ومهلواً ونظيفاً



تسريحات الموسم الجديد

لا شك في أن شعر المرأة هو تاجها . وهو مرآة لذوقها وفنها . هذا وسنقدم لك اليوم آخر تسريحات الموسم الجديد : موسم الصيف .

التسريحة ١ :

تسريحة بسيطة ثلاث الانسات ، وهي عبارة عن فرق الشعر على الجانب الايسر مع تسريحه وتوجيهه نحو الامام وثني أطرافه على الاذن .



خصلة منه وتوجيهها بحيث تستقر على الجهة اليمنى من الجبهة على شكل « فرانش » أى قصة .

التسريحة ٢ :

تسريحة في منتهى البساطة . وهي عبارة عن قص الشعر على طريقة ال « كوب ألا جارسون » وهي ثلاث أنساتنا وسيداتنا ممن يعملن ولا يجدن متسعاً من الوقت لتصفيف شعرهن .

التسريحة ٣ :

تسريحة جميلة تناسب ذوات الوجه العريض ، وهي عبارة عن تسريح الشعر الى الوراء وأخذ خصلة كبيرة منه وثنيها على شكل بوكلة منحدره قليلا على الجبهة .

التسريحة ٤ :

تسريحة انيقة لبعده الظهر وهي عبارة عن موجة (أمدوليه) على الجانب الايمن مثبتة بدبوس للشعر من الماس ويشكل الشعر في نهايته كبوكلات مجمدة (فريزيه) .

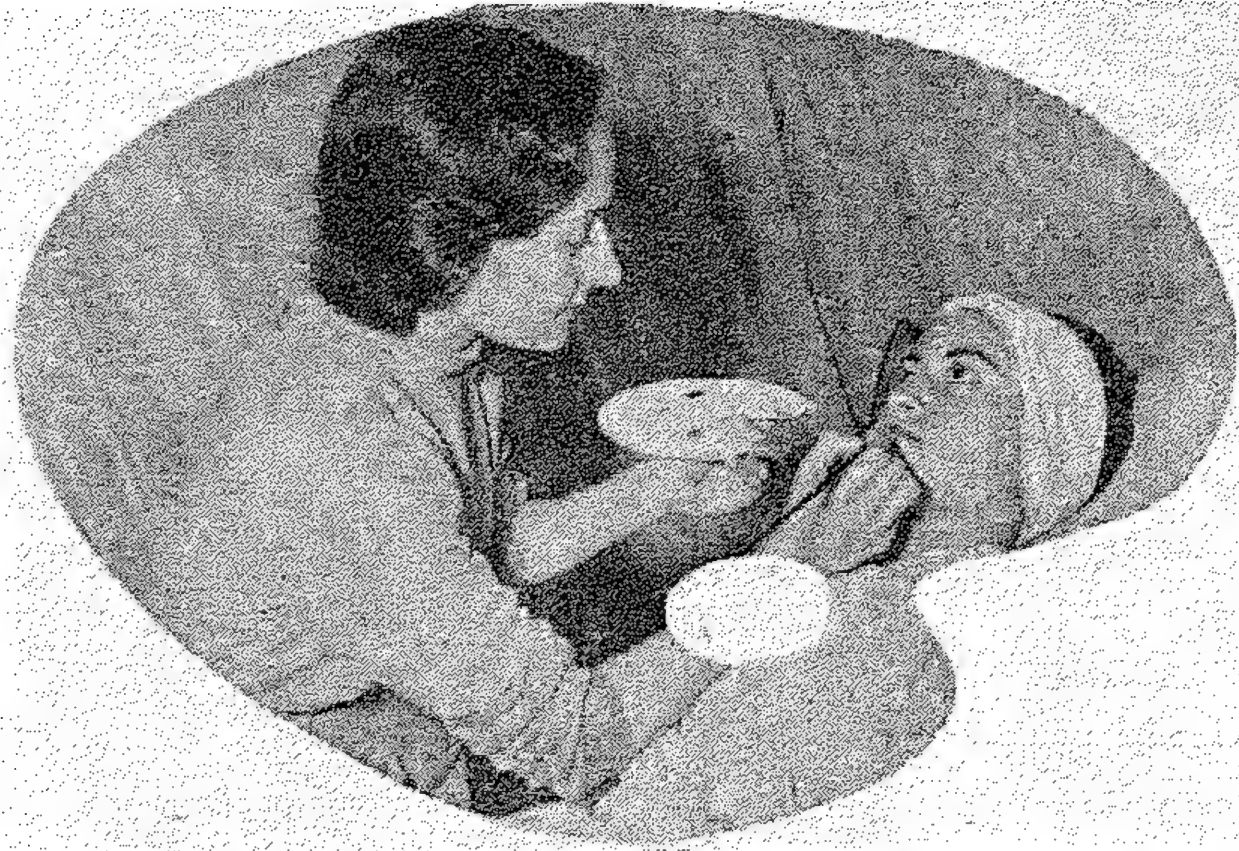


التسريحة ٥ :

تسريحة خاصة بالسهرات ولا تتطلب منا سوى تسريح الشعر الى الخلف مع أخذ



جمالك يا سيدة ..



ممارسه فنهـم بالطريقة المثلـى
التى لا يرقى اليها الشك .
ايضا
اخصائية فى التجميل
٨ شارع كنيسة دبانة
بالاسكندرية

لذا فانتا ننصح القارئات
بالا يذهبن الى أى معهد
من المعاهد الا بعد أن يتأكدن
من أنه مزود بجميع الوسائل
الحديثة وأن يكون فيه من
الاخصائيين القادرين على

الواحدة دون أن نذكر الاخرى
ان علم التجميل اليوم
يرتكز على الكيمياء
والبيولوجيا وعلم النفس
والطبيعة . وقد توصل
الاخصائيون بفضل تلك
العلوم الى تجميل البشرة
وحمايتها من كل الشوائب
التي يمكن أن تشوبها .
ان التجميل كما نفهمه ما
هو الا العناية بصحة البشرة
وهى مرآة الجسم تعكس ما
فيه من حياة داخلية .

ولا يستطيع انسان أن ينكر
الصلة المتينة التى تربط
الجمال بالطب . لذا فانتا
لا ننصح السيدات أن
يسلمن أنفسهن الى غير
الاخصائيين فى فن التجميل
.. ان الاخصائية الحائزة
لشهادة رسمية والتي لم
يصرح لها بممارسة مهنتها
الا بعد اختبارات صعبة هى
وحدها التى يصح أن تعنى
بصحة البشرة وبجمال الوجه
ان هناك مدلكين حلاقين
وغيرهم يدعون أن فى
استطاعتهم أن يقوموا بهذا
الفن ويؤدوه خير أداء
فيستحضروا لهذا الغرض
معدات وأجهزة تكلفهم الشئ
الكثير . ان هؤلاء المدعين من
الخطر الاعتماد عليهم فقد
يؤدى علاجهم الى عكس
النتيجة .

وليس من شك فى أن
كل سيدة ترغب فى أن
تكون جميلة وتبذل فى
سبيل ذلك الغالى والرخيص
ان معاهد التجميل كثيرة فى
القاهرة والاسكندرية ومدعو
التخصص فى فن التجميل لا
حصر لهم ولا عدد . لقد
عرفنا سيدات ترددن مئات
المرات على بعض تلك المعاهد
دون جدوى . فالتجاعيد فى
وجهها هى هى بل زادت منذ
أن بدأت العلاج .

« ان المرأة لا تولد جميلة
ولكن فى امكانها أن تصبح
جميلة » ، بتلك العبارة
استهل البروفسور ريشارد
الاخصائى الباريسى المعروف
حديثه فى المؤتمر الدولى
للتجميل الذى عقد أخيرا فى
جنيف .

والواقع أن الطبيعة ان
بدت كريهة أحيانا بالنسبة
لبعض الوجوه بأن تضيف
عليها جمالا ناضرا فان العلم
فى استطاعته أن يساهم اليوم



مساهمة فعالة فى اكساب
المرأة بشرة ذات لون يرفع
من قيمة ذلك الوجه الذى كنا
نعتقد الى وقت قريب أنه
محكوم عليه بأن يظل بعيدا
عما يصبو اليه من جمال .

لقد استفاد خبراء التجميل
من الاكتشافات والاختراعات
التي وصل اليها العلم الحديث
فطبقوها فى المضمار الذى
يعملون فيه وهكذا توصلوا
الى أن يتيحوا للمرأة فرصا
لم تكن فى الحسبان . ان على
المرأة أن تعنى ببشرتها وهذا
لا يتأتى الا ان عنيت بصحتها
.. ان الجمال يساوى الصحة
لذا فانه لا يمكن أن نتكلم عن



552

الطائرة لجميع !

سافروا الى
اوروبا
وامريكا الشمالية
تبعاً لرغباتكم وامكانياتكم

بالدرجة
السياسية بوزن ٢٠٪ تقريباً

بالدرجة
الاولى بخفض ١٧٪ تقريباً
ذهاباً وإياباً مدة ٤٥ يوماً

اطلبوا من شركة
مجاناً ايرفرانس نشرة الطائرة
لجميع !

ايرفرانس

للاستعلامات

القاهرة : ٢٥٠١٥ - الإسكندرية : ٢٣٩٢٩ - جميع مكاتب السفر المعتمدة

في مقدره ان تكون انيقة !!



سنحاول هنا ان نذكرك على بعض السبل التي تؤدي الى الاناقة في فصل الصيف فكلنا يعرف ان ما تستلزمه الاناقة في فصل قد لا ينفع في فصل آخر . وعلى كل حال ففصل الصيف فصل يستلزم الخفة في الملبس ، بل وفي المأكول والمشرب ، وهالك بعض سبل الاناقة وكلها خفيفة كما ستلاحظين :



(٢) قبعة جميلة تناسب انسانا مصنوعة من القماش الابيض او الاصفر ول وسطها تتدلى خصلة من الشرابي على شكل «زرد الطربوشي»



(١) قبعة تلائم حفلات بعد الظهر على شكل التاج وقد حليت بالترتر على شكل زيجزاج يحتوي بين تشابه على ورد صغير من التتر ايضا

(٥) قبعة غاية في الاناقة ترتدي على فساتين بعد الظهر وهي مصنوعة من القماش الاسود ويتغير لونها بتغير لون الفستان ويلاحظ انها تلبس بشكل خاص

(٤) قبعة لطيفة تلبس في الصباح على ناير اسود ويستحسن ان يكون من نفس لون القبعة حتى يتحقق الانسجام . وهي مصنوعة من قماش رمادي خفيف



(٢) حذاء من قماش الساتان المحلي بقميص خيوط الفضة والمصنوع خصيصا للحفلات وهو يلبس على فساتين حفلات بعد الظهر والمساء



(٨) حزام وحذاء مصنوعان من الجلد البني اللون وقد حلى الحذاء برسم يمثل الربيع . وفي الامكان توصية صانع احذيتك بصنع مثله

(٧) حذاء انيق مصنوع من الجلد اللامع وهو خفيف ومريح ويلبس معه حزام من الجلد نفسه ويلاحظ انه يكشف القدم كلها ويلبس على فستان تواليت

(٦) حذاء تواليت من الجلد الاسود على شكل شرائط رفيعة ويلاحظ ان الكعب من الجلد ايضا اما الشمسية فهي غاية في البساطة تفرد عند الذهاب الى الشاطئ

قد عادت اليها إبتسامتها
لتخلصها من الطفح
بفضل
استعمال محلول
ساكنيل
علاج البثور وحب الشباب (الأكنية)



ضعي ثقتك في دورتي

إن أغلبية النساء في الولايات المتحدة يفضلن مستحضرات التجميل دورتي جري عن أي مستحضرات أخرى ولا يحب في ذلك فإن مستحضرات دورتي جري ليست نتيجة محاولات فردية. إنما هي خلاصة أبحاث طويلة لنخبة من علماء الطب التجميل



ففي إمكانك إذن يا سيدتي
أن تضعي ثقتك في
بكل اطمئنان.

وتباع مستحضرات
دورتي جري

بالقاهرة

عند: صانوت مصر
• يوك وأنطون • مصر خزانة
• شارع قصر النيل
• جوار • مدينة الكونتنتال

أجزاء لندن
• 14 شارع مديمان باشا
• وبلاسكندرية
عند: صانوت مصر

لخصائيات التجميل
الآن اني لياك وثان ادهم.



كيف نواجه الصيف؟

مجموعها الى غرض أساسي هو سريان الدم الى سطح البشرة بحيث يغذيها ويحفظ رونقها وجمالها .

وثاني نقطة أحب أن أنبهك اليها هي أن البشرة لا يظهر شبابها بمجرد اتباع الانواع السابقة من العلاج المساعد ولكن هذا الشباب يتألق حقيقة اذا كانت هناك دورة دموية منتظمة ونشاط حيوي دافق .

ان جو الصيف يساعد على الخروج من المنزل في الصباح الباكر أو في الاصيل ويشجع بهوائه على المشي والتنزه ، ولكن هناك ملاحظة أخرى ، هي أن أوقات الخروج يجب أن تختار بعناية فقد تكون هناك رياح خماسينية آتية بغبارها فتسبب تعكير الجو والمزاج .

والغذاء له أهميته في فصل الصيف . . . ولحسن الحظ ان هذا الفصل يمكن اعتباره فصل الفواكه والخضروات ، بل هو عموما فصل الخضرة . . . ولذا عليك بجعل غذائك يحتوي على نوعين من الخضروات ونوع من الفاكهة فلقد ثبت أن الكلوروفيل الذي تحويه الخضروات يساعد على الاحتفاظ بالشباب وان الفيتامينات تساعد على احتفاظ الجسم بحيويته .

أما النقطة الثالثة التي يجب عليك مراعاتها فهي النظام . . . كوني منتظمة بحيث تقومين من نومك في الصباح الباكر وبحيث تدخلين حمامك وتنتهين منه بسرعة وما يتبع ذلك من نظام تعودت عليه منذ صغرك . . . وأهم ما يجب عليك تنظيمه هو أكلك . . . ان غذاء الشتاء يختلف عن غذاء الصيف . . . ونحن عموما ننصحك بالاقلال من الخبز والمواد الدهنية والنشوية في الصيف والتدرج في ذلك .



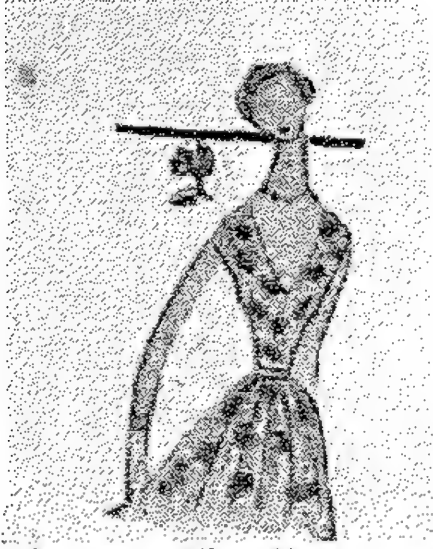
ان أول نقطة يجب أن أضعها نصب عينيك يا آنستي أو ياسيدتي هي أن أفضل وأحسن غذاء للبشرة ينبع منها هي ذاتها . . . قد لا تعرفين أن للبشرة افرازات هي التي تغذيها وتحافظ عليها أو قد تكونين نشأت وعندك اعتقاد أن لابد من مستحضرات تجميل للعناية بالبشرة وتغذيتها .

فلتعلمي إذن أن خير علاج للبشرة هو ذلك الذي يعتمد أساسا على تقويتها

لقد كتبنا لك مرارا وتكرارا على صفحات هذه المجلة عن مستحضرات التجميل وعن أفضل الطرق للعناية بالبشرة وعدنا لك هذه الطرق التي نذكر لك منها الآن التدليك وعمل الماسكات والدهان بأنواع خاصة من الكريم وغسيل الوجه بالماء البارد الخ . . . ان هذه الطرق كلها ترمي في

تفاصيل موضة الموسم

نستطيع ان نحكم على موضة هذا الموسم بانها جميلة بل غاية في الابداع . انك سوف تحبين كل تفاصيلها لانها توحى بالبهجة والاناقة .



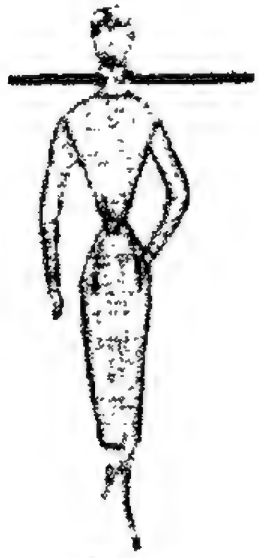
بالزهور والفواكه واوراق الاشجار .

• ان الخصر هو مشكلة المشاكل ان المرأة العادية تتركه في مكانه . اما المرأة ذات القامة الطويلة فعليها ان

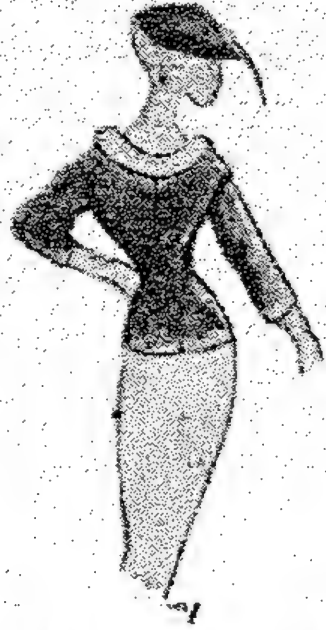
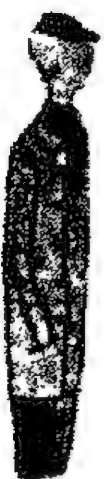


تضع حزاما فوق الردفين . والمرأة القصيرة تضع حزاما عريضا في اعلى الخصر .

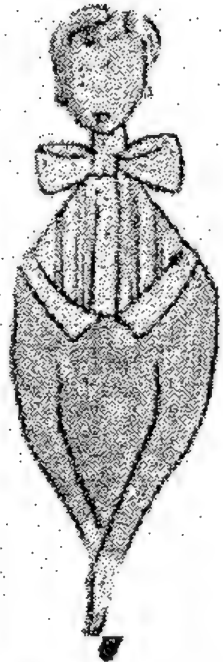
• ان الاحزمة غاية في الغرابة . فهي رفيعة ومن الجلد الاشقر للرياضة . اما للمساء فالحزام عريض ودرايه .



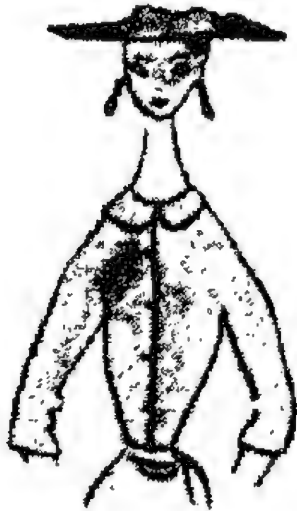
• ان الفستان الصغير اصبح سيد الموقف . انه من قطعة واحدة ومن قماش الرجال ان كان يرتدي اثناء العمل ومن قماش الحرير المطبوع ان كان للخروج . وقد فصل الفستان بالعدل



ضعى عقدة مصنوعة من شريط ابيض . او البسي قميصا بلسيه وضعى كرافات من قماش البيكه لتبدي شابة .



• لقد تفوق اللون البيج على الرمادي في هذا الموسم . انه يبدأ من الابيض ليصل الى البني . عليك اذن ان تختاري اللون الذي يتفق ومزاجك ولكن من المهم ان تتناسب مع لون بشرتك .



• ان اللون الوردي هو اللون الذي يأتي بعد البيج ان كنت لا تحبين الاخير . اختاري كرافات وردية وقبعة كاثوتيه وردية او قماشاً مطبوعاً باللون الوردي لتبدي وكأنك في عيد .

• لقد عادت الاقمشة المطبوعة الى الظهور بعد ان ظلت مختفية فترة طويلة من الزمن . وهي محلاة



جيدا في الرأس . ويكفى لتحليتها شريط بسيط من الجروجران ، لونه ابيض او بيج او ليموني .

• ان التاير الجديد يرسم خصرك النحيل ولكنه يستغنى عن الياقة الكلاسيك ويستبدلها باخرى مفتوحة على قميص او حلية بيضاء . لابد من حلية بيضاء



• لقد طال الشعر بمقدار خمسة سنتيمترات . سرحي شعرك تسريحة خفيفة فوق الجبهة . واغسله بمحلول يجعل لونه احمر مائلا الى الشفرة .

• القبعة طراز الكاثوتية من القش الخفيف تدخل

محلات

عمارة

٢٩ سليمان باشا
ناصر عبد الحالى زور



بلوزات
خردوات

مط للبيات

انديك الشعر الزائد

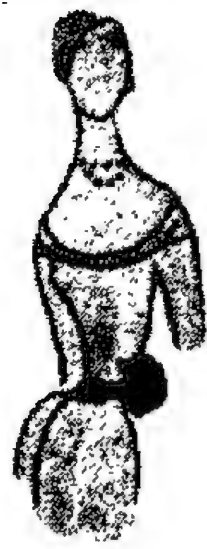


باستعمال
الكريم الجديد
ديپيل

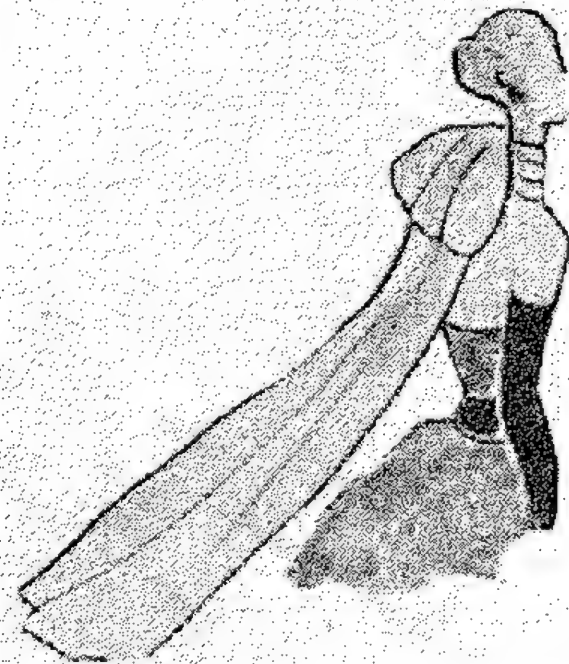
(اتباع معاملة فالاي باريطاليا)



يبيع
في جميع الصيدليات



• ان الثياب الصغيرة كالبوليرو والاسبنسير تخفي الديكولتيه المبالغ فيه وتضاعف استعمال فساتينك . انه اقتصاد وسرور في نفس الوقت . ان لديك فستانين بدلا من فستان واحد وسحرين بدلا من سحر واحد .

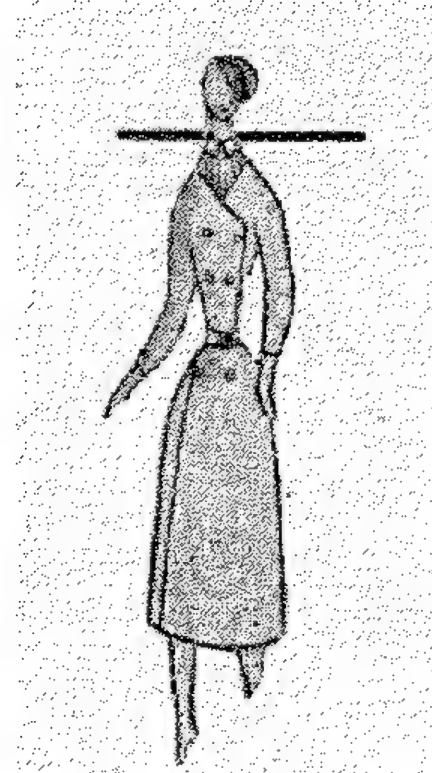


• يظهر المؤسليين والاورجاندي منذ الساعة الخامسة وتصنع منهما فساتين بعد الظهر . ان الكورساج بديكولتيه مستدير والجونيلة بشنيات عريضة ، الحزام درايه وجيبون من القطن ليحافظ على الاتساع .



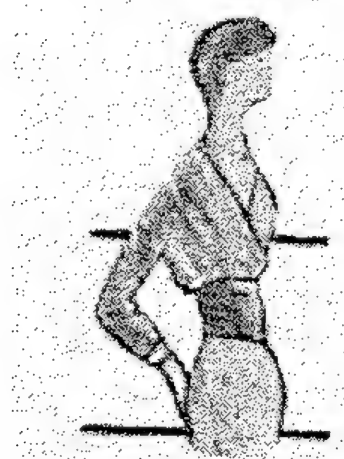
• لقد صنعت الايشاريات والفيشوهات للمساء فقط . فلا تلبسيها في النهار ان اردت اتباع الموضة . انها من لون الليمون او الورد .

• ان الاقمشة القطنية تستخدم في تفصيل اكثر فساتين هذا الموسم وخاصة البيكه وعش النحل او البيكه الكوت وغيرها . .



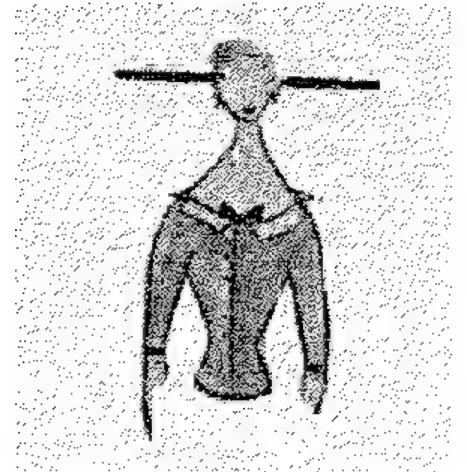
• الثوب الوقور الكروازيه باربعة ازرار المعروف باسم روب مانتو او ريدينجوت . انه يصنع من قماش الفيل لافيل الرمادي او البيج بجونيلة عدله

• يبدو ان الريديانجوت سيكون له شأن وای شأن في موسم الصيف . ان النساء ذوات الخصر النحيل سيزيد جمالهن . انه بسيط ومحلى بقرنفة عند العروة .



• ان الفساتين المفصلة باقمشة مطبوعة بالزهور موجودة في كل مجموعة من المجموعات التي قدمها مبتكرو ازياء هذا الموسم في باريس . سارعي الى اختيار حرير التويل والتفتاه والاليجا والسوراه واصنعى فستانا ذا كورساج شميزيه بجونيلة غريضة .

• ان التايرت على هيئة البالطو غاية في البساطة والبعد عن التكليف وليس هناك افضل من البالطو العدل للسيدات ذوات الوزن الثقيل بشرط أن يلبس تحته شميزيه او صديري



• لابد من الديكولتيه حتى في الصباح . اما الثوب ذو القطعتين فان ديكولتيه خفيف . ان الفساتين تتبع الاتجاه الحديث فبعضها ديكولتيه في الصدر بينما يكشف البعض الآخر الظهر

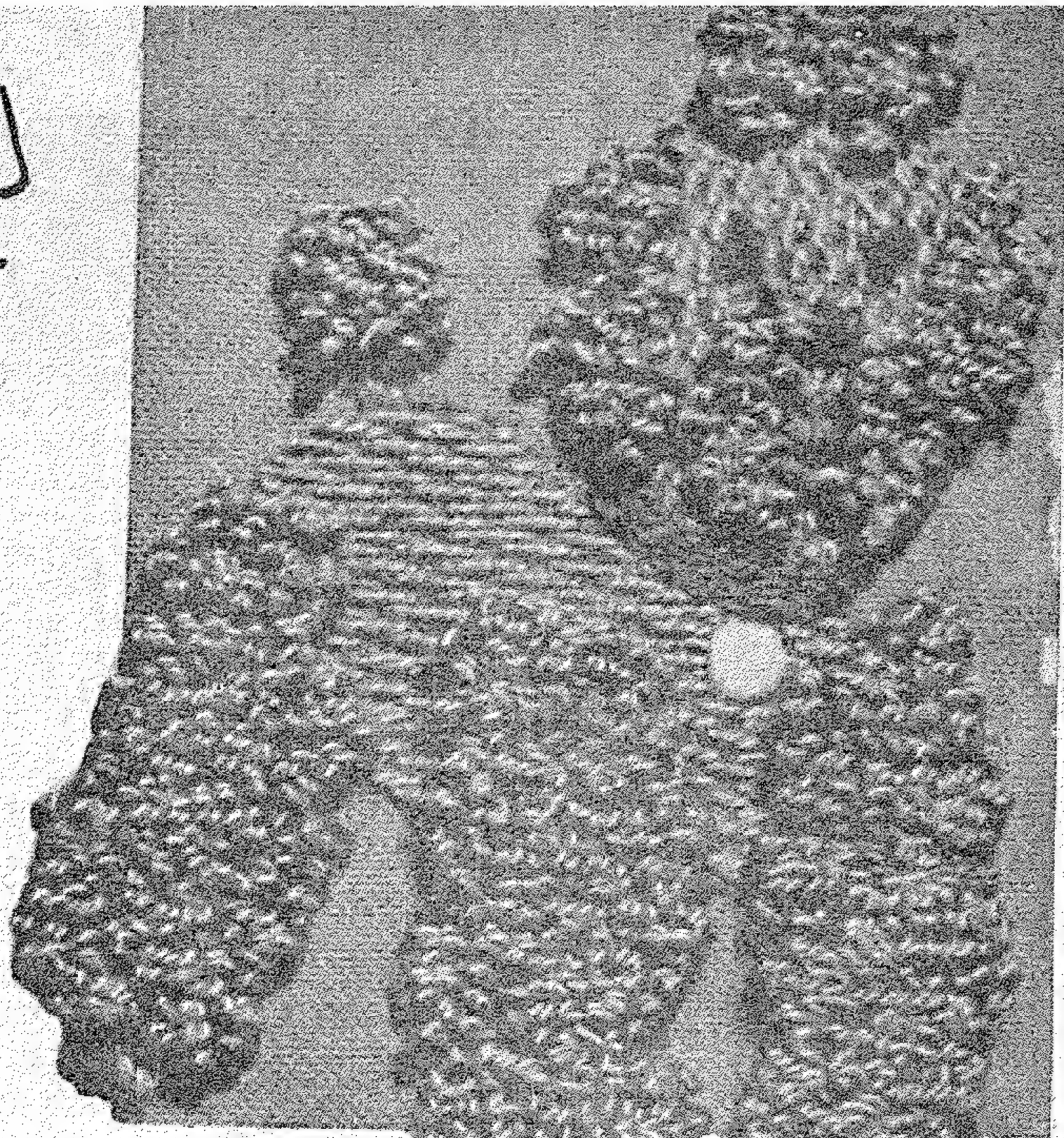
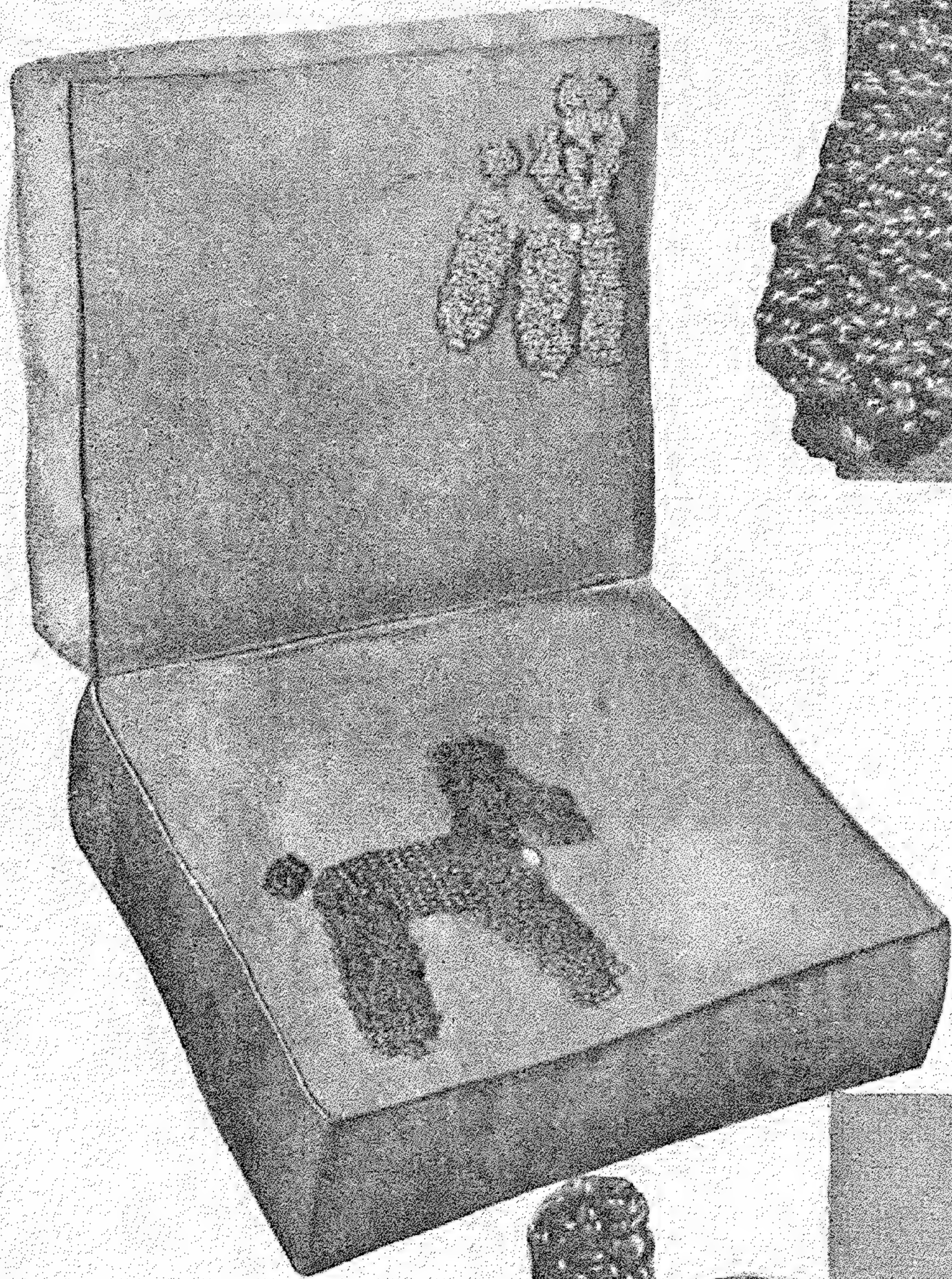


• تأتي المعاطف لتغطي الصدور وتمتاز بانها خفيفة ومنقطه ، او محلاة بالزهور وهي من قماش الالباجا او التيسور .



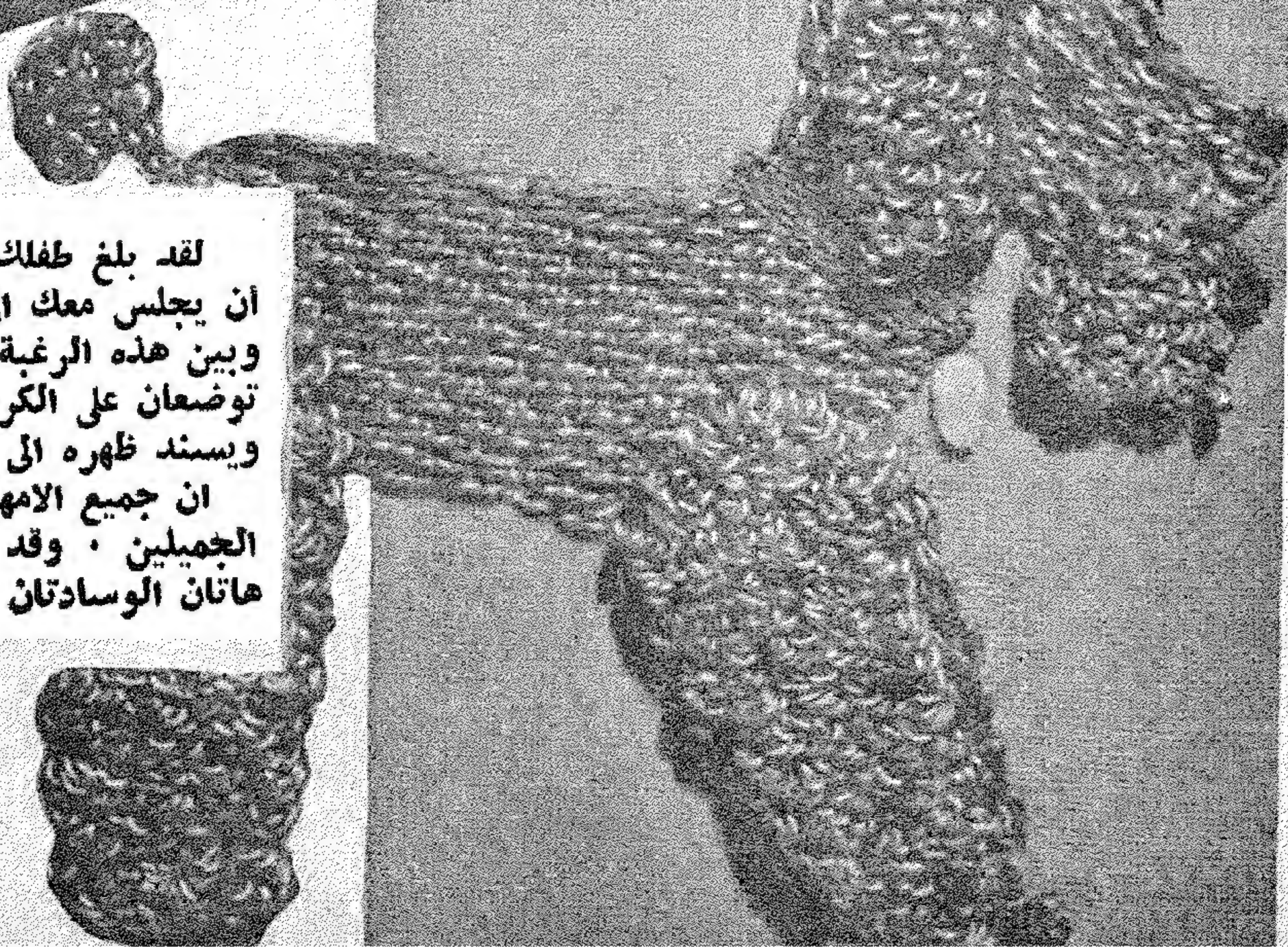
٢٢

ليست مع طفلك

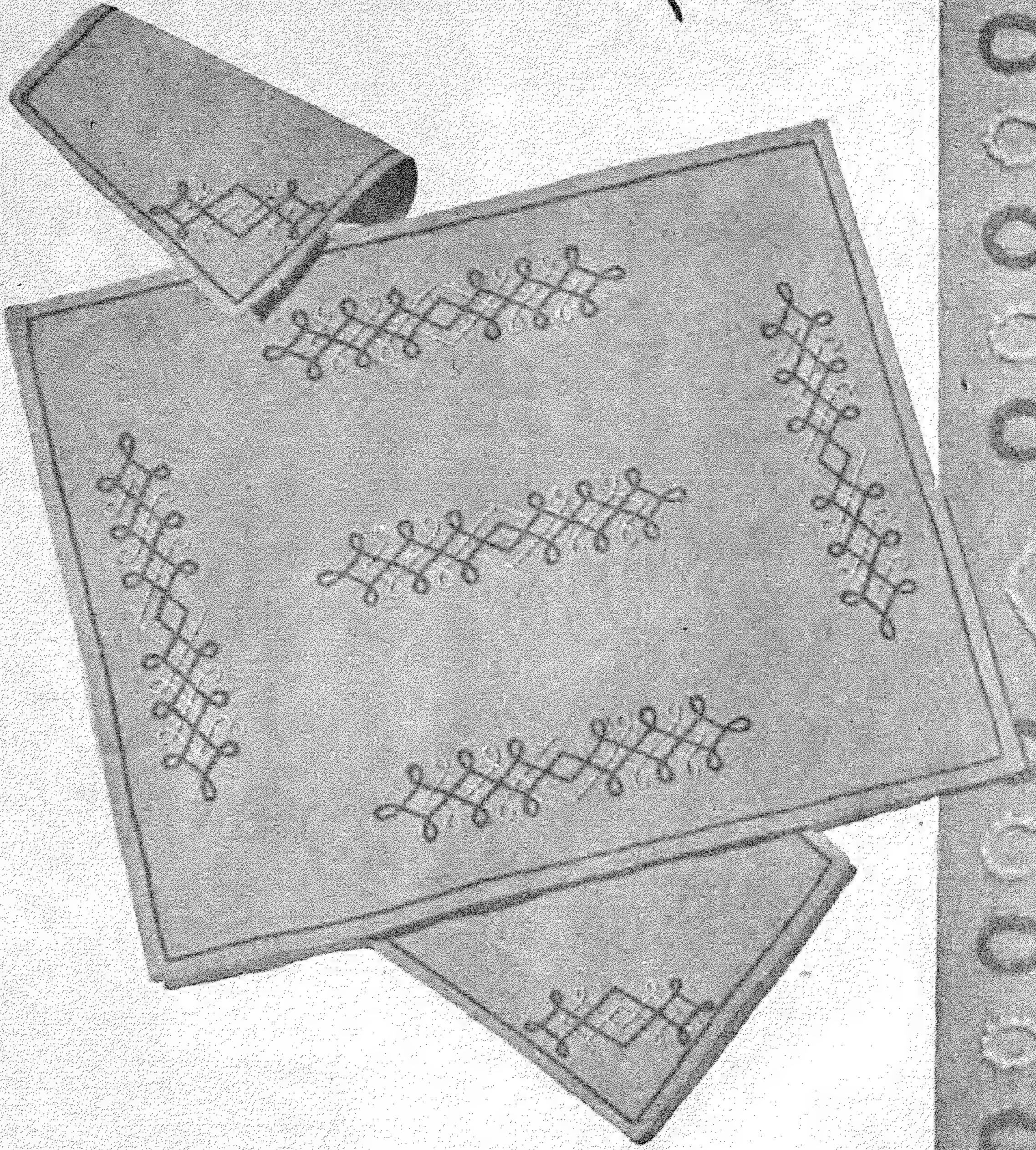


لقد بلغ طفلك سن الرابعة ولا شك أنك ترغبين في أن يجلس معك إلى مائدة الطعام ولكن قامته تحول بينه وبين هذه الرغبة . لا بد له إذن من هاتين الوسادتين توضعان على الكرسي العادي فيجلس الطفل على أحدهما ويسند ظهره إلى الثانية .

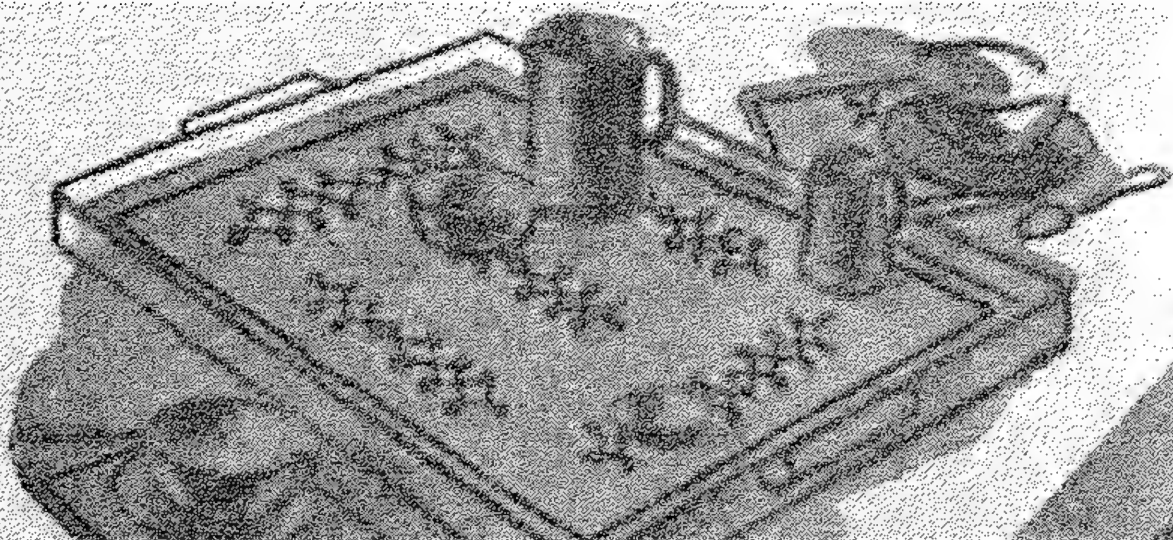
إن جميع الأمهات يرغبن في تطريز هذين النموذجين الجميلين . وقد رسمت عليهما صورة كلبين . وتطرز هاتان الوسادتان بخيط يتفق لونه ولون القماش نفسه



طقم شای لکڑی بوم



ان هذا الطقم مصنوع من التيل الازرق . الفرش مستطيل مساحته
٤٠ x ٥٠ سم . اما الفوطتان الصغيرتان فمساحة كل منهما ٢٠ x ٢٠ سم .
ويمكن استعمالهما ليوضعا تحت الفناجين وقد حليت برسوم غاية في البساطة
وقد نشرنا لك الرسم بحجمه الطبيعي . اما غرز الاوركيه التي تنهى هذا الشغل
فقد غطيت بخط من غرز الفرع .





الى سهرة من سهرات الليل

يفضل مبتكرو الازياء الايطاليين الالومشة الفلينية لصنع ثياب الصيف النسائية وها هو ذا محل فانا بميلانو
يقسم ثلاثة انواع للسهرة من اللباس المطبوع



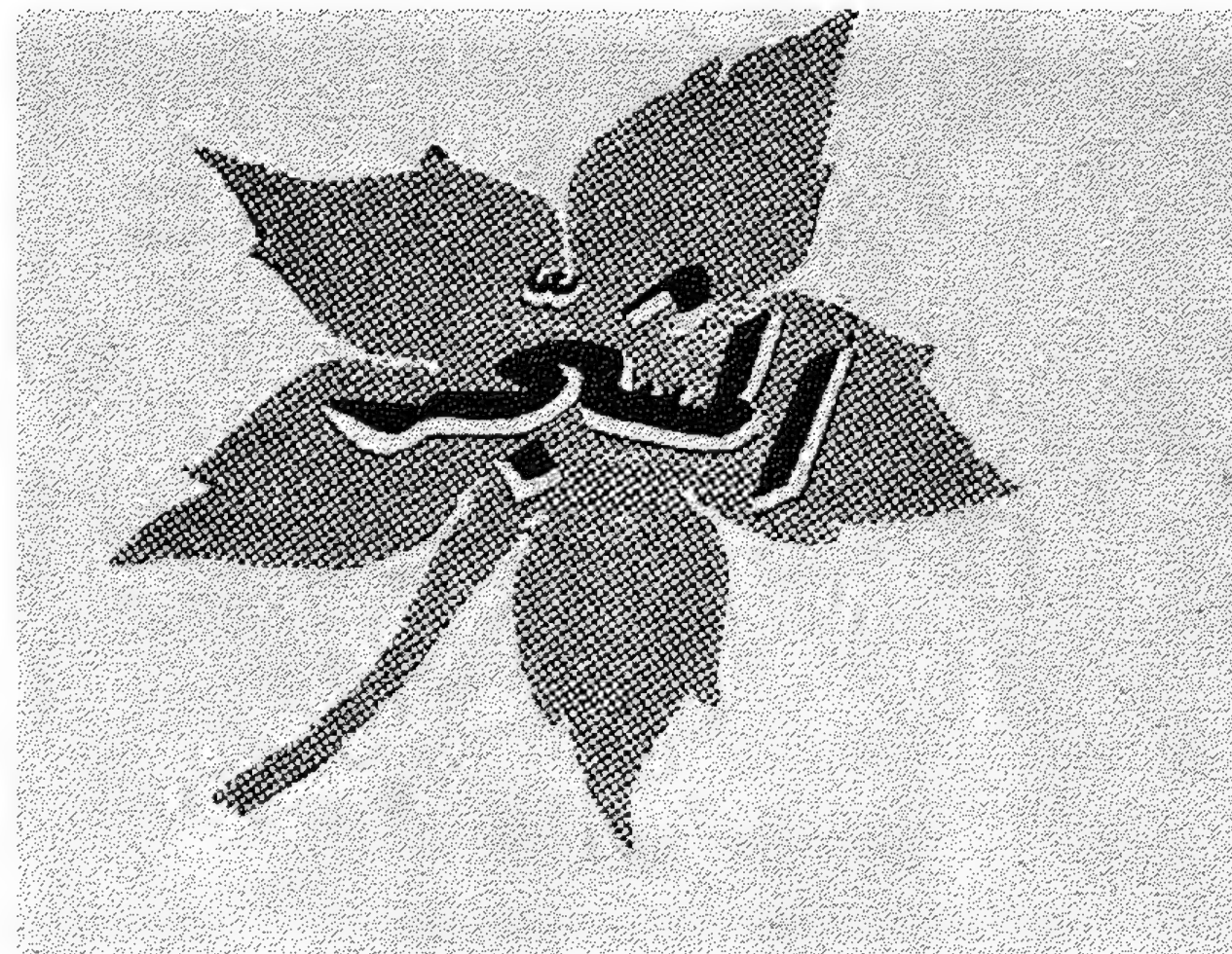
قدم الاتحاد الفرنسي لصناعة ثياب السيدات آخر مبتكرات موضة الصيف •
وهذه بعض الموديلات السهلة التي يتراوح سعرها بين جنيه مصرية واحد
واربعين جنيتها • وقد نالت هذه الانواع اعجاب كل من شاهدها وهي تعطي فكرة
طيبة عما ستكون عليه الموضة في موسم الصيف • ويلاحظ أن الاتجاه كله
نحو الاقمشة الرخيصة التي تتحمل الفسيل والكي دون ان ينالها البلى •

اختارى اذن مايعطو لك منها

احفالات
شعبية
بالثياب
الخفيفة



لقد حاز هذا الثوب من التويل
المطبوع بأرضية خضراء وزهور
صفراء مبتكره كريستيان ديور
اعجاب الجميع



لقد عاد المشجر بعد أن ظل مختلفاً فترة
ليست بالقصيرة - ونحن نقدم على
هاتين الصفحتين وما يليهما بعض هذه
الأقمشة



ثوب غاية في الأناقة لبعد الظهر
وهو من التفتاه المطبوع بالخصان
خفيفة - الدرايه يبدأ عند
الكورساج وينتهي عند الجونية -
ابتكار مانجسان



حفلات

بعد

الظهر



ثوب حفلات بعد الظهر من
الاورجوتزا الاسود ولد حل
بتطريز انجليزى مناسب
ابتكار ماجى روى



فستان من النيل الازرق يرتدى
حفلات بعد الظهر ذو ياقة
عريضة واكمام قصيرة - تصميم
جول فنزبانى

ثوبان خفلات بعد الظهر من البليسه
أحدهما بنسجي اللون والاخر أحمر
باهت وهما من تصميم صانع الأزياء
الإيطالي جول فنزياني



ان
الافمسة
الطنية
المطبوعة
ستكون
سيده
الموقف
في
موسم
الصيف

ثلاثة فساتين من القماش القطني المطبوع
للصباح وشاطئ البحر وبعد الظهر
ابتكار لانا الحافظة المشهورة بمدينة
ميلانو



حول القبعات

قبعة من الحرير الايكوسي الاصفر
والرمادي وقد حليت بكوردونيه
من القطيفة السوداء.





هذه القبعة الصغيرة من القماش
الاصفر المصنع وقد حليت بشريطة
سوداء معقودة من الخلف •
تصميم كاود سانسير



قبعة صغيرة مدببة مصنوعة من
القش الخفيف الازرق الفاتح
والقلمق • شريطة من القطيفة
معقودة الى الامام • ابتكار
كارولين ريبو



لقد استخدم قماش الشنتز لصنع
هذه القبعة التي توضع على
الرأس • وقد حليت بباقة من
الزهور الصناعية • وهي ملونة
باللونين الاخضر والوردي

قبعة صغيرة من القش الخفيف
وقد حليت من الخلف بريشة
بيضاء وبباقة صغيرة من الزهور
الصناعية



قدمت محلات بير كلوفاس هذا القستان الرائع للحفلات الساهرة التي تقام في فصل الصيف

تعتبر هذه السمزيت اجمل ما قدمته محال ابتكار الازياء بباريس لوسم الصيف





فسنان انيق من القماش المطبوع اعد خصيصا لفصل الصيف



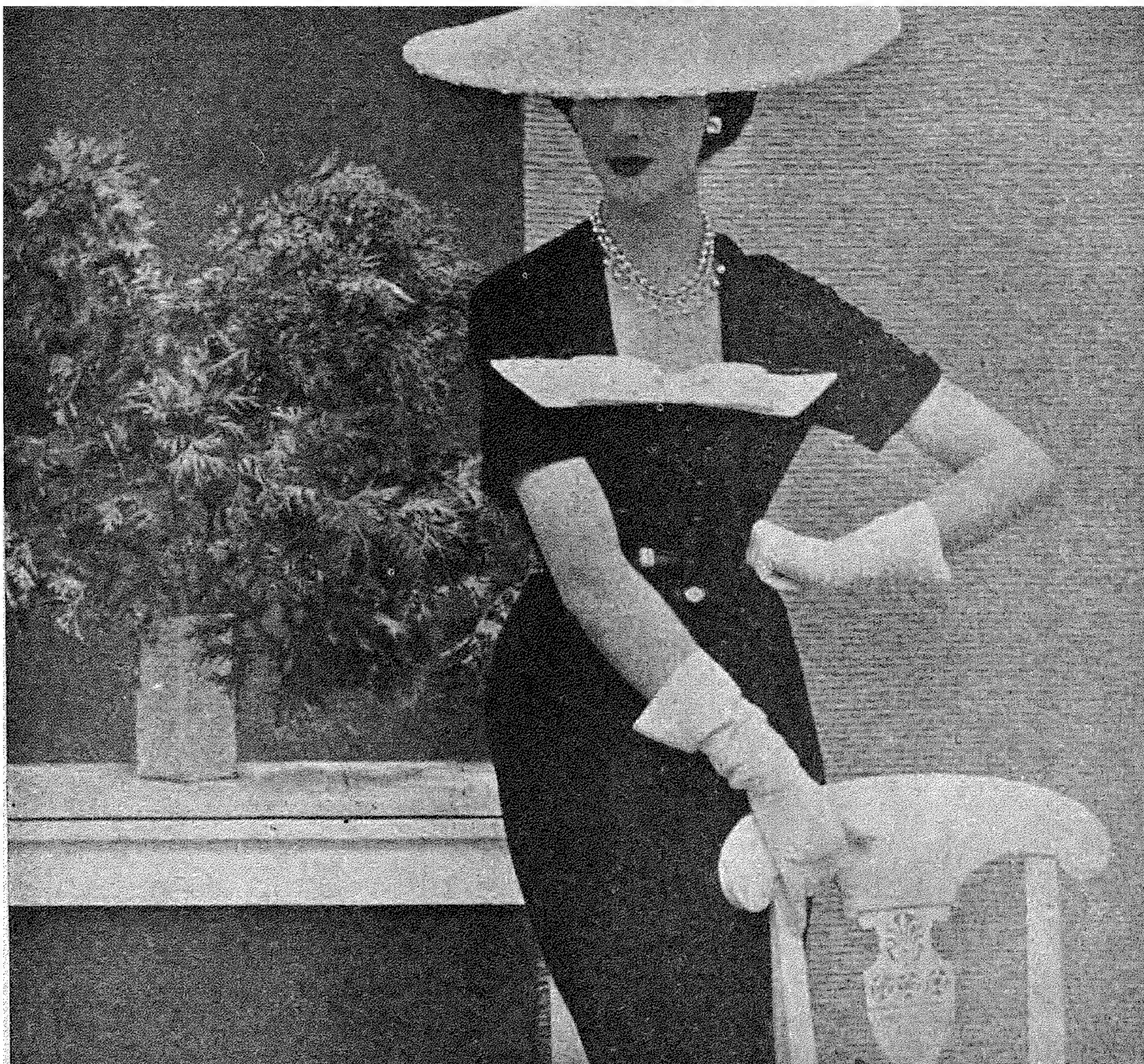
يحل بيير بالمان بفولونات صغيرة من الفالسيين الاسود هذه الجونيلة الواسعة لهذا الفستان الصيفي المصنوع من
الموسلين • الكورساج سهل للغاية بكون شيميزيه • ويحيط بالخصر حزام من البوكس الاسود المثل بيالة سوداء



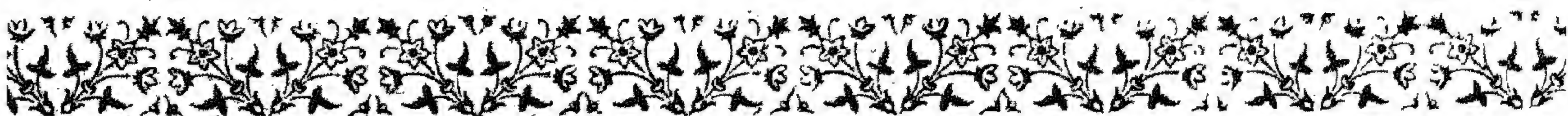
الأبيض على الموسم

لقد اختار مبتكرو الأزياء لموسم الربيع والصيف اللون الأبيض ليحلوا به الفساتين التي أعدوها خصيصا في هذه المناسبة . وهكذا تجد بين المجموعات التي عرضت أخيرا في باريس ياقات وبلاسترونات وبعسات بيضاء . ان اللون الأبيض يوحى بجمال الطبيعة في فصلي الربيع والصيف . وها هي ذي ماجي روف تقدم هذا المانشون من الأورجاندي الأبيض كله من البليسيه وهو يلبس على فستان أسود . انه يعلق على الذراع ويبعدو كانه قلابه . اما اخوات لوجرو فقد صممن هذه القبعة البيكيه المحلى بملبسات بيج وعليه فيوتكة . ويقدم جريه هذا البلاسترون الأبيض الذي يمتد من أعلى الى أن يصل الى الخصر





ثوبيا الموسم



ثوب لحاية في الإنالة مصنوع من الصوف الخفيف الكحل . وله حلتة مبتكرة مدام نيتا ريتشي بعقدة من البيكيه
الابيض ليغتنو معبرا عن الفصل الذي سرتدى فيه . اما القفاز فهو ابيض ويقطى جزئا من الذراع



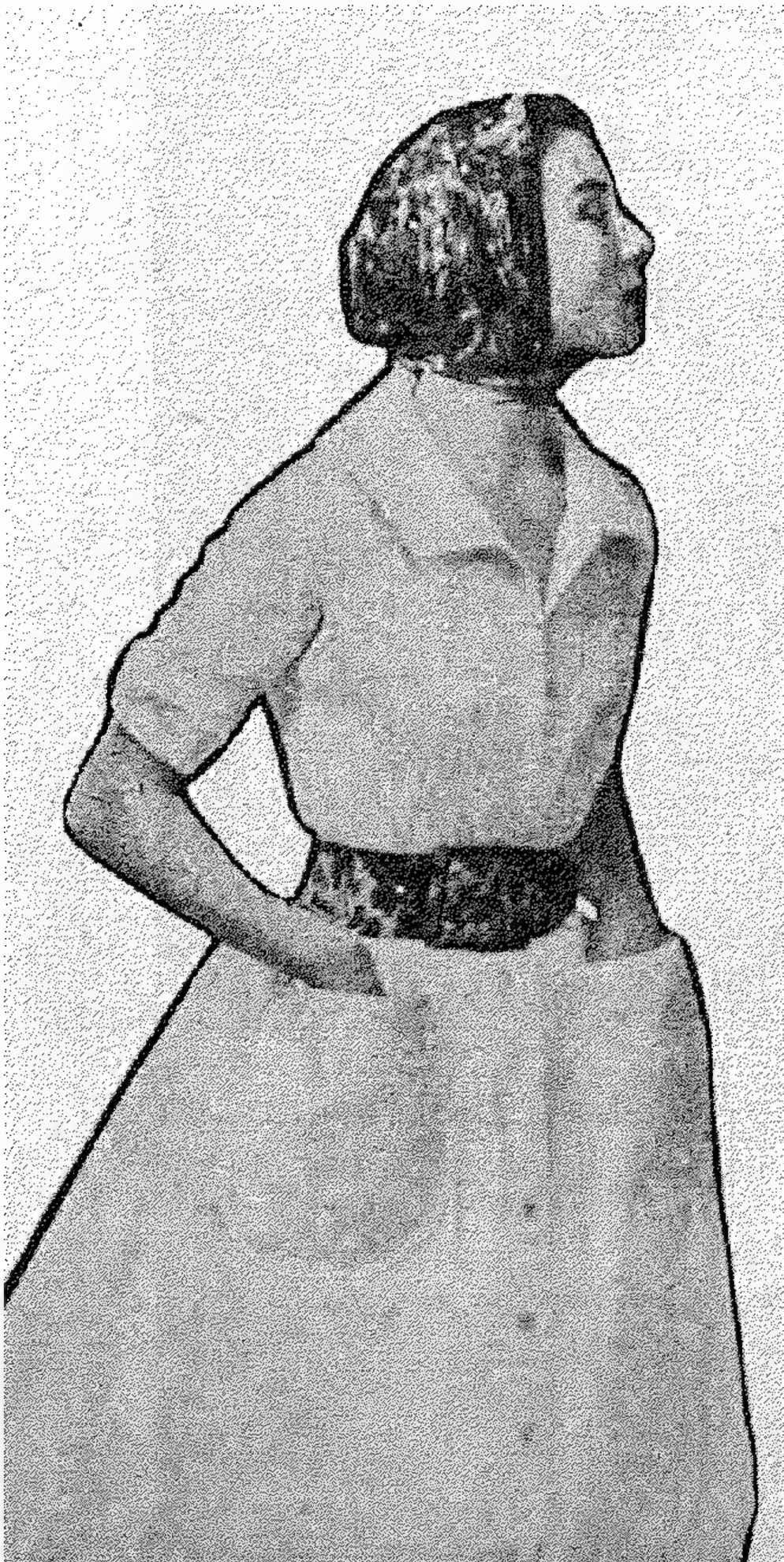
تقدم هذا الثوب الجميل مدام كارلن مبتكرة الازياء المعروفة . وله حلت الديكولتيه المدبب بزهرتي المارجرية .
والثوب عبارة عن روب مانتو رمادي بتقليمات خفيفة . الكمان قصيران



شجوى الصناعة الوطنية



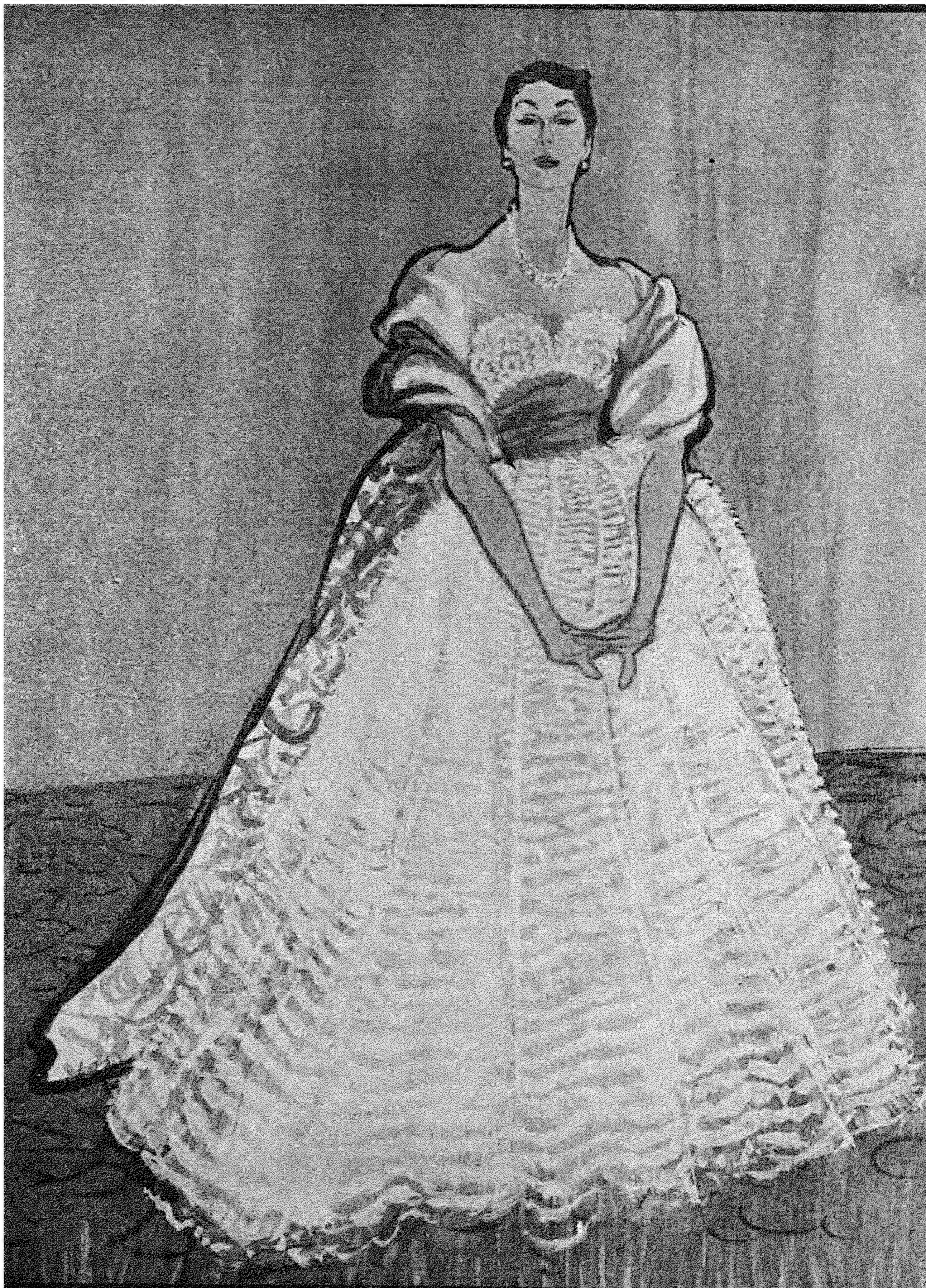
نوب للصيف من القماش القطنى
ابتكار صانع الازياء الايطالى جون
فنزبانى • وهو يقلد به ملابس
سكان امريكا الوسطى



فستان اسود من التيل الابيض
حل بحبين كبيرين ويحيط بالحصر
حزام عريض من نفس قماش
غطاء الرأس

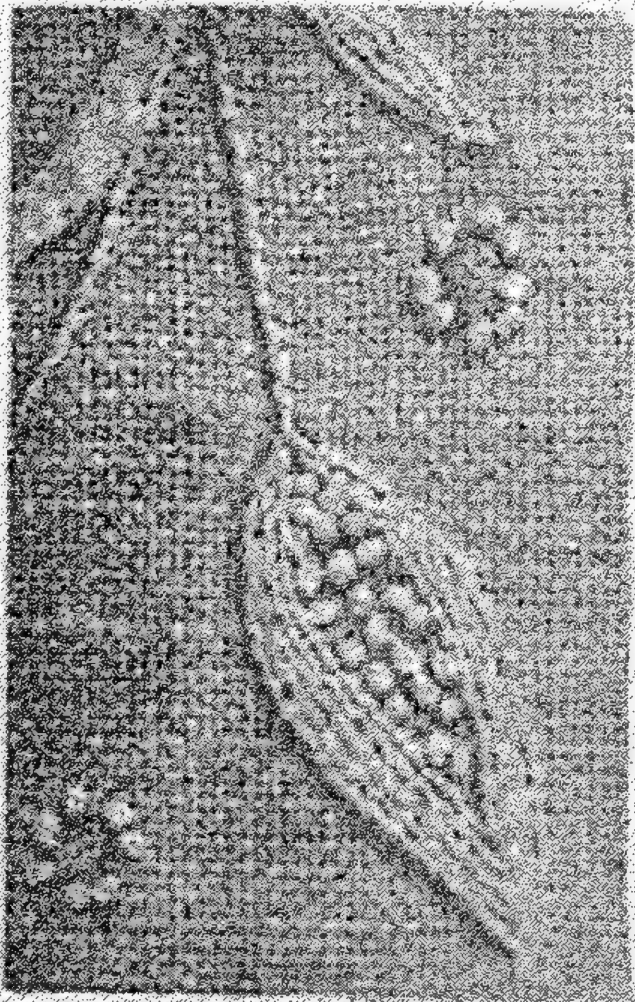
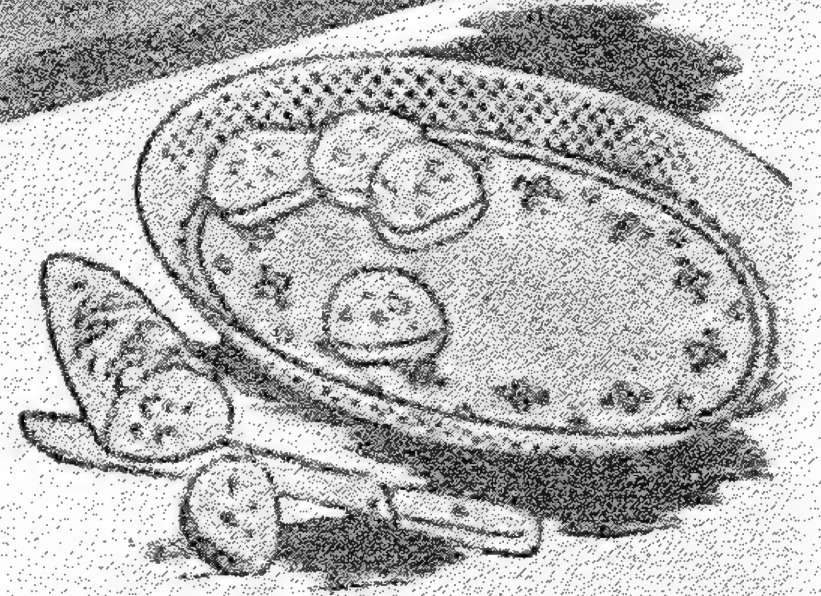
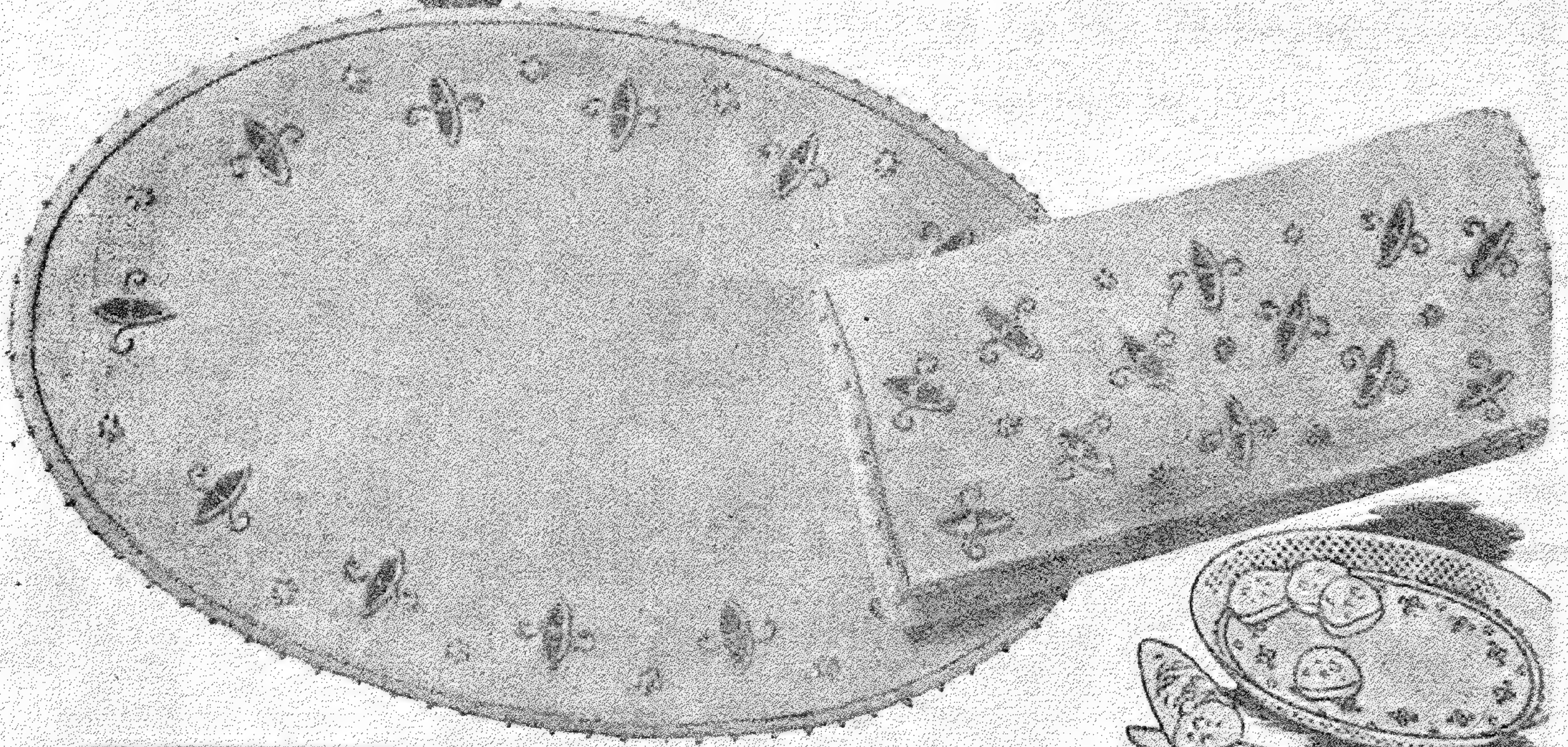
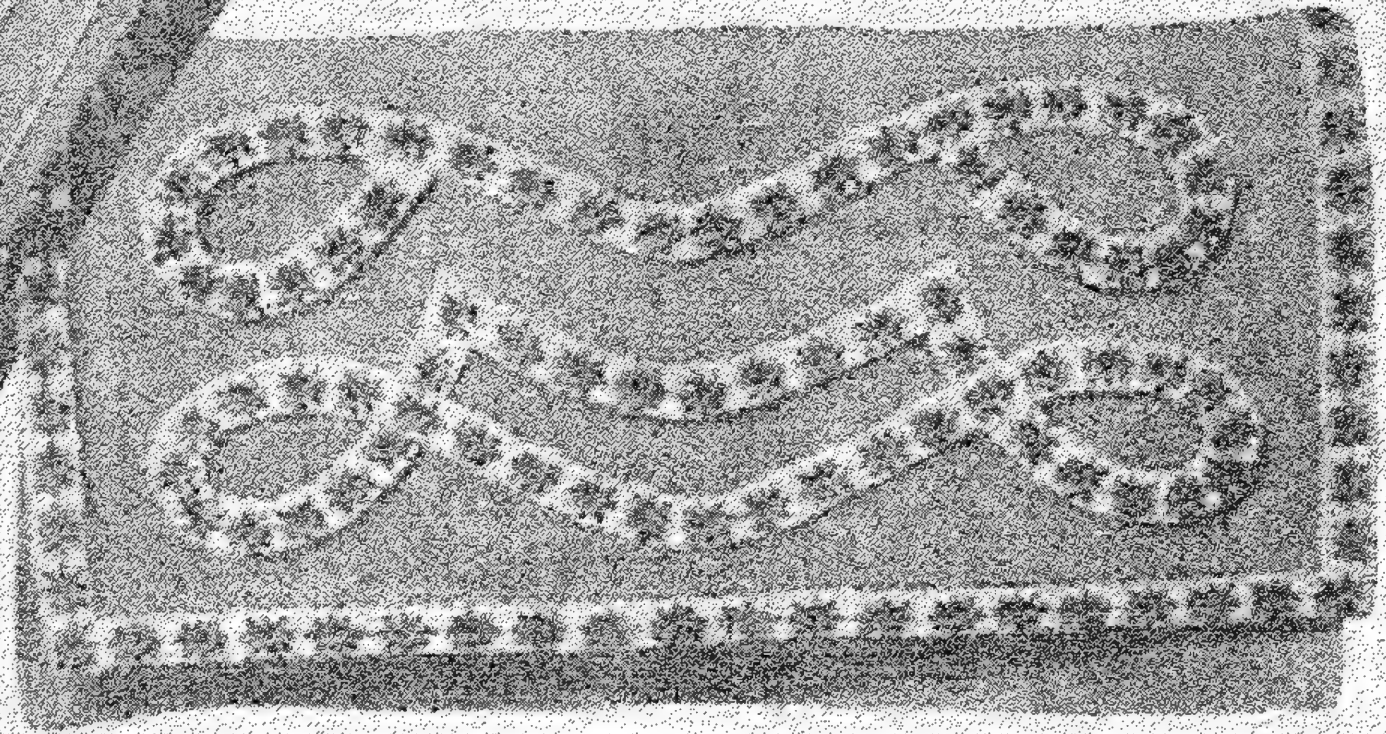


يقدم الخياط الايطالي المعروف جول فيرياني هذا الثوب الازرق اللامع المنقط بدوائر صغيرة بيضاء

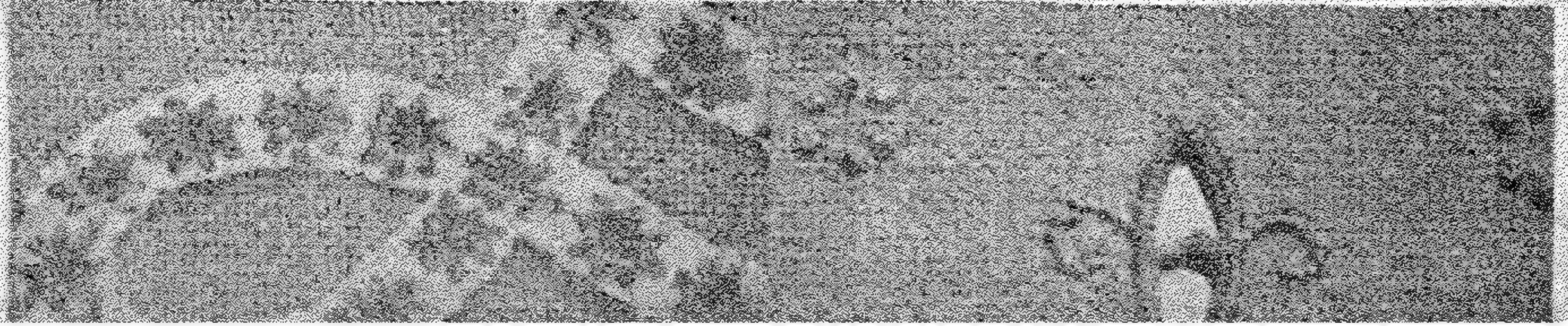


بیر بالان

مفارش صغيرة



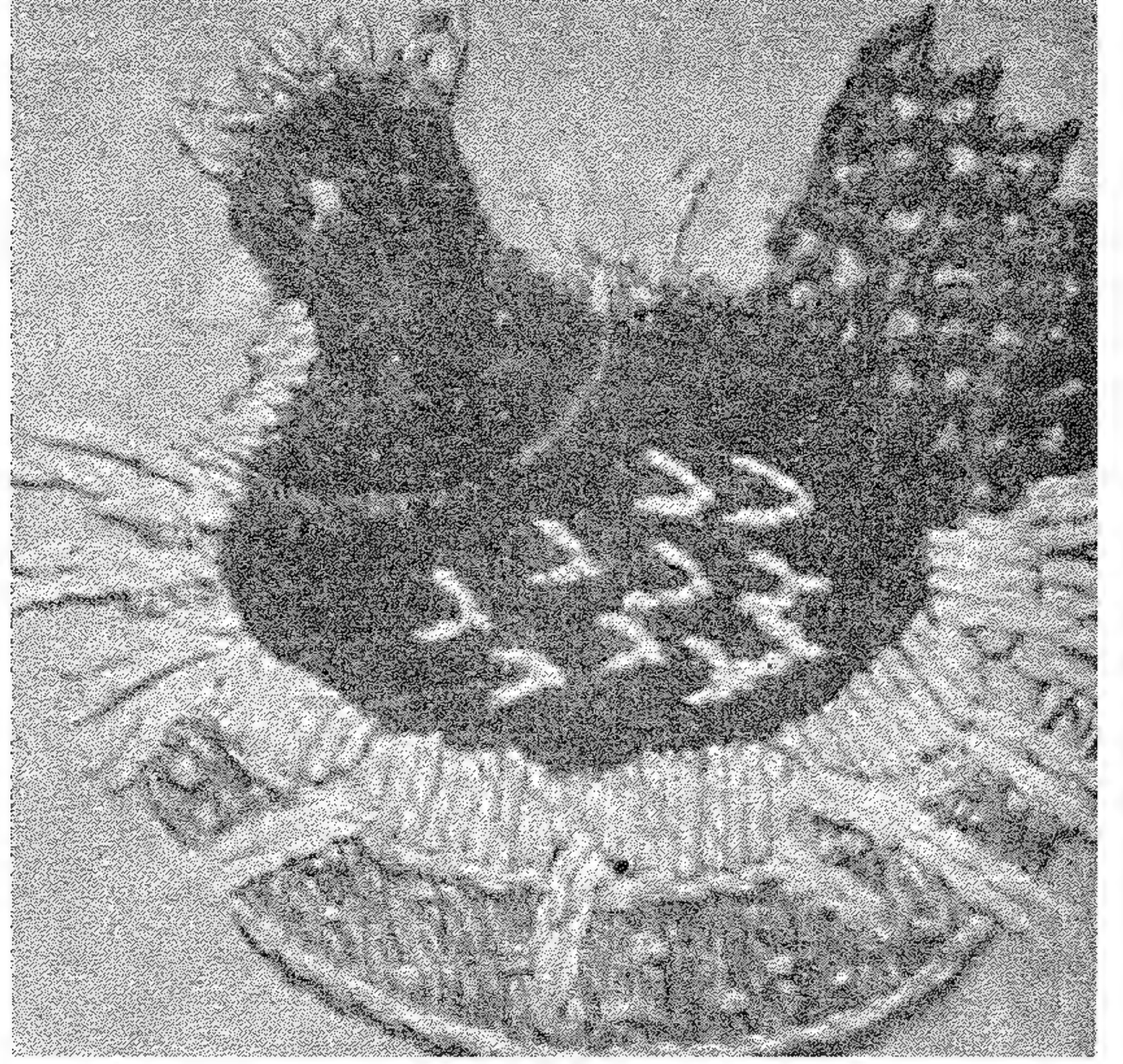
نقدم على هذه الصفحة نخبة من الاشغال السهلة السريعة التنفيذ • ان جميع هذه النماذج نفذت على تيل سميك وطرزت بخيوط ثلاثة • ان المفارش الاول المعد لحفظ الفوط محلي برسم ابيض مشغول بفِرزة الفرع وبالفِرزة المعقودة • اما النموذج الثاني فهو ازرق • والنموذج الثالث ابيض وقد طرز بنفس رسوم وعرز المفارش الذي يوضع في صينية الخبز • ان الرسم غاية في السهولة ولا يحتاج منك الى اى عناء •



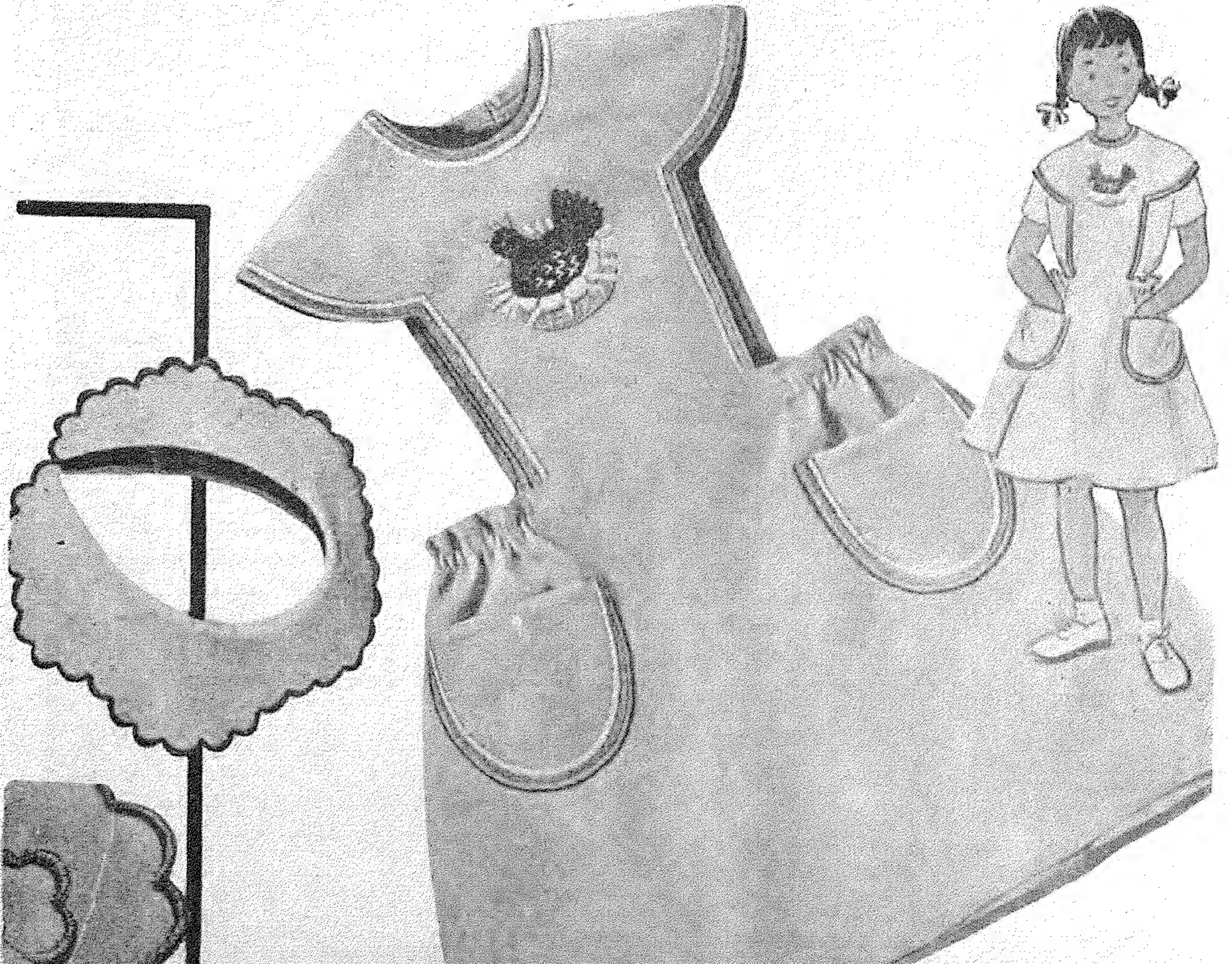
هذه الفوطة الجميلة المطرزة مصنوعة من
التيل الأزرق السماوي وهي تقي فساتين
بناتك تماما . ومن الملاحظ أنها تكاد تغطي
الفستان تماما وتزرر من الخلف . وإن كانت
ابنتك في سن الخامسة أو السادسة يجب
أن يكون ارتفاع الفوطة ٦٥ سم . أما أن
كانت في سن الثامنة إلى التاسعة وجب أن
يكون طولها ٨٠ سم . إن الجوانب مبطنة
من أعلى ببييه ٣ سم ومزومة بليستك يمر
من الداخل .

الخيوط المستعملة هي خيوط التطريز
السميكة . إن الدجاجة الرائدة على البيض
التي تحل الجزء الأمامي من الوطة مملوءة
بغرز الريبريز الرأسية للرأس والافقية
للجناحين وقد حليت ببعض غرز العنقاء
البيضاء . لقد طرز الدليل أيضا بنفس الغرز .
المنقار بغرزة اللانسيه . السبت برتقالي
ومحاط بغرزة الفرع . أما البيض فهو مطرز
بالخيوط الأصفر .

إن محيط الفوطة محلي بالاورليه .



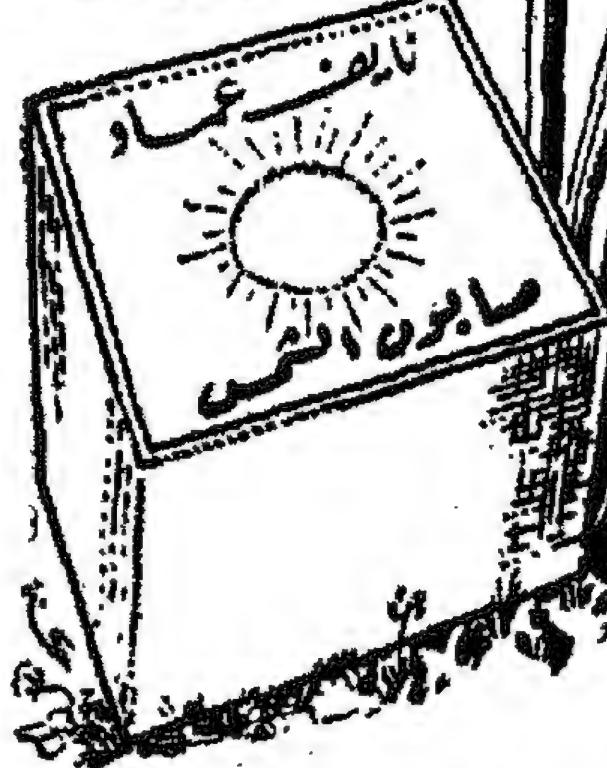
فوطة لابنتك



صابون الشمس



ويذوب ببطء



يرغى بسرعة
داومي على استعماله
تظل ملاسك
هبة ناصعة البياض

انتاج
شركة مصانع الزيوت والصابون

ش.م.م
«نايف عماد سابقاً»
بطنطا

٥٨٧٤٤-٣٥٨٧٤

بنت النيل في سون نزلك

س - ارجو ارشادي عن طريقة المحافظة على الاواني المصنوعة من الالونيوم حيث أن مطبخي يحتوي على الكثير منها :
ج - حافظي عليها باتباع الاتي :

١ - لا تستعملي مواد خداشة مثل الرمل أو الحمرة في تنظيفها ، بل اذا وجد بها بقايا أطعمة لاصقة ادعكيها بسلك الالونيوم الخاص ولاحظي استعمال النوع الناعم منه والذي يباع بالباكوا ولا تستعملي في تنظيفها القيم المضاف اليه الصودا لان الصودا تتلف الالونيوم وتساعد على سواد لونه ، بل استعملي القيم الخالي منه .

٢ - لا تطهي فيها أي أطعمة حامضية مثل الفواكه أو الارز باللبن لان الاحماض تأكل الطبقة السطحية من الالونيوم بدليل انك لو طهيت أرزا باللبن أو خشاف فاكهة حمضية في حلة الالونيوم تلاحظين ظهور بعض السواد في الاكل .

٣ - حافظي على لونها البراق بدعكها مرة في كل اسبوع بالاسيداج والماء واتركيه عليها حتى يجف ثم لمعيها بقطعة قماش لينة جافة ، وتغسل جيداً وتجفف .

وبذلك تضمنين سلامة أواني الالونيوم الموجودة بمطبخك .

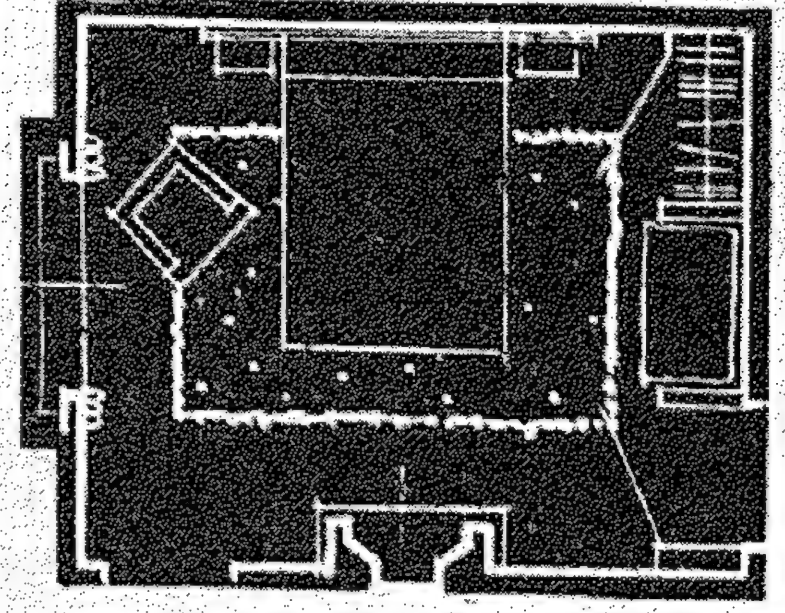
س - كيف أحافظ على سكاكين المطبخ وسكاكين الاستعمال اليومي ؟

ج - احذري أولاً من القائها في الحوض وتركها مبلولة مدة من الزمن لان ذلك يساعد على تلف مقبض السكين أو خلعاها أحياناً ، بل اجمعي السكاكين القذرة كلها وضعيها في ورق به ماء ساخن بشرط أن يكون جزؤها الحاد في الماء والمقابض ظاهرة ، ثم اغسليها بالماء والصابون الواحدة بعد الأخرى ثم تشطف وتجفف جيداً .

٢ - من حين لآخر لمعي النصل (الجزء الحاد المعدني) بمسحوق حجر السكين وهو يباع في محلات البقالة على شكل قوالب مستطيلة كالطوب وهو رخيص الثمن ، يدق جيداً وينخل ، ثم خذي جزءاً من هذا المسحوق وضعيه اما فوق قطعة من خشب أو بين قطعتين من ورق الجرائد وادعكي به نصل السكين حتى يلمع أو يمكن بل قليته قديمة بالماء وغمسها في مسحوق حجر السكين ودعك السكين بها حتى يلمع ثم يغسل ويجفف وتلمع بفوطة جافة .

٣ - لازالة البقع من عليها ادعكيها بقشرة بطاطس مغسولة بحجر السكين ثم اغسلي السكين وجففيها .

٤ - نظفي مقابض السكاكين حسب نوعها فالخشبية منها ادعنيها دهنا خفيفا بقليل من الزيت ثم تلمع جيداً بفوطة جافة . والمعدنية منها تنظف بالاسيداج والماء ، والعاج بالاسيداج والليمون ، ثم تلمع بفوطة جافة .



ثاني غرفة النوم

العناصر الاساسية لغرفة النوم المثالية هي : موضع السرير ، مكان الوسادة وتوزيع الاضاءة عليها ، ترتيب الملابس والبياضات ، ولا يمكن توافر هذه العناصر جميعا الا ان كان تصميم بناء الغرفة مهيأ لذلك .

وقد اعددنا لغرفة النوم التي نحن بصددتها ثلاثة برامج مختلفة لتأثيثها ، وفرضنا عدم وجود خزائن حائط في هذه الغرفة ، وقد حرصنا في الحالات الثلاثة على أن نضع السرير في مكان لا يدخل الضوء اليه مباشرة .

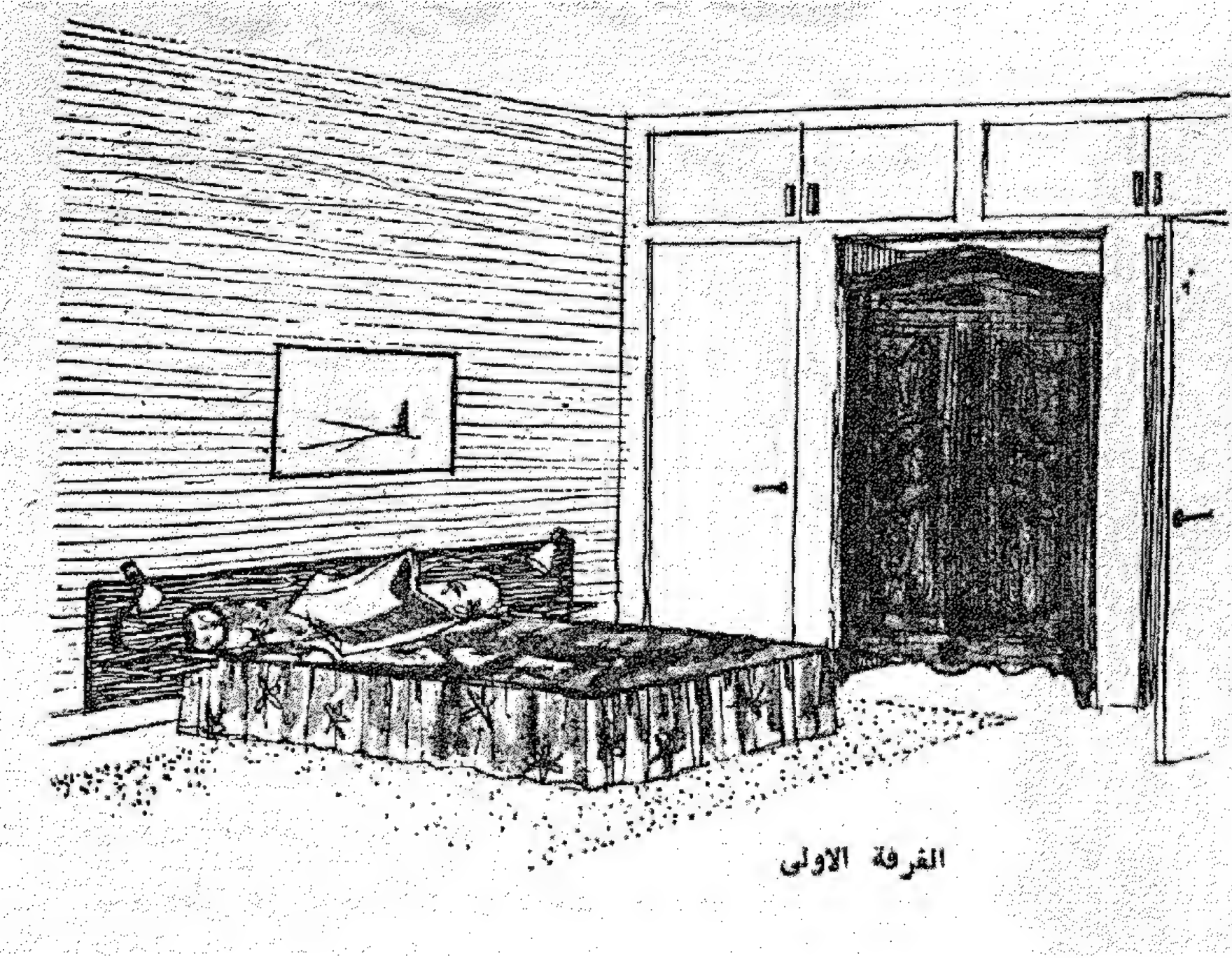
الغرفة الاولى :

السرير مسنود الى بانو ثابت يستعمل كرأس ومثبت فيه رفان يوضع عليهما مصباحا الاضاءة ، وفي حالة عدم استعمال الاركان لوضع دولاب الملابس يمكن ملء الفراغ الموجود حول هذا الدولاب بحائط من الخشب يمكن استعماله لوضع الاغطية والمفارش والبياضات . ان هذا الدولاب الجديد يمكن فتحه وقفله بأبواب تنزلق فتتداخل ببعضها .

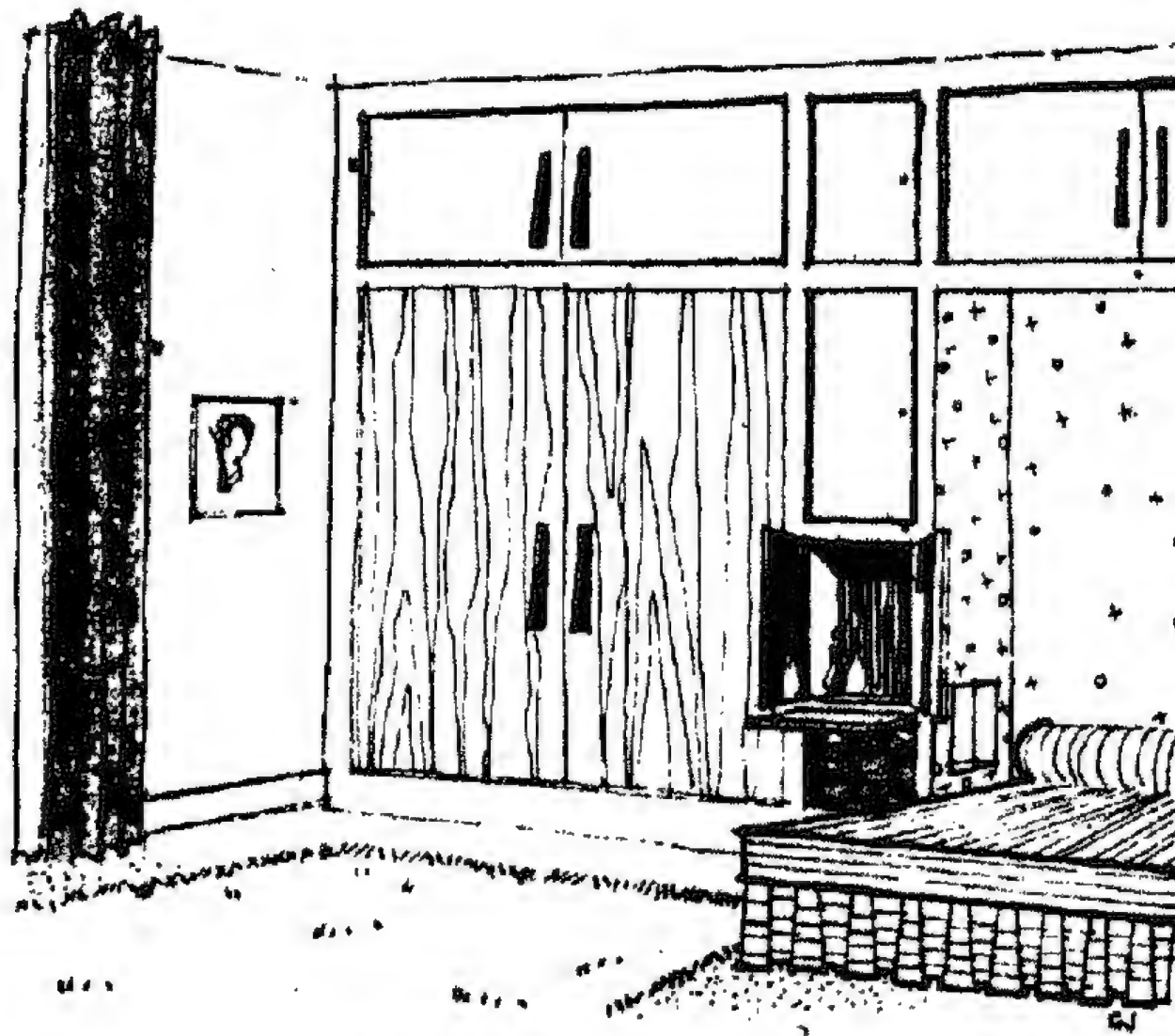
الغرفة الثانية :

لقد حرصنا في هذه الغرفة على استغلال مساحتها كلها أو أكبر جزء من هذه المساحة وذلك لاستعمالها في النوم والاستقبال ان كانت حالة أصحابها لا تسمح لهم باستئجار شقة ذات ثلاث أو أربع غرف .

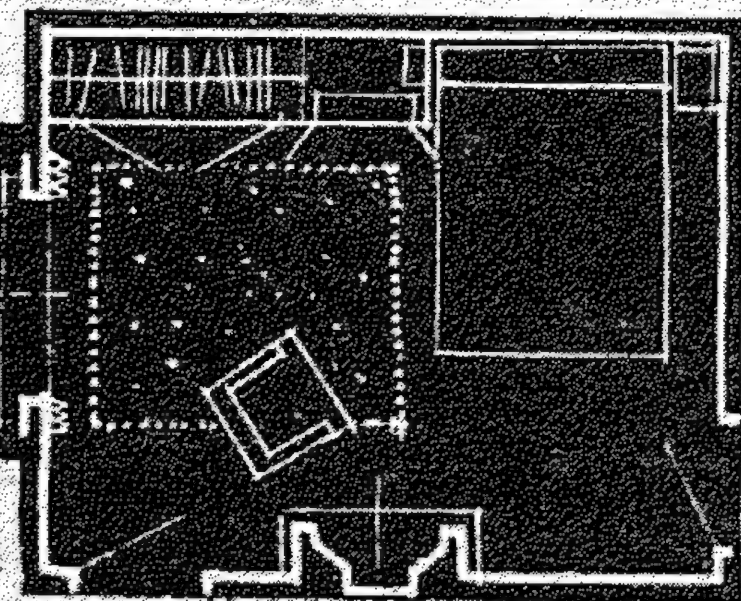
يوضع السرير في هذه الحالة في الزاوية وفي المساء يمكن زحزحته بمقدار ٥٠ سم الى ٦٠ سم بحيث توضع الى يمينه المنضدة الواطئة التي كانت الى اليسار أثناء النهار . وفي هذه



الغرفة الاولى



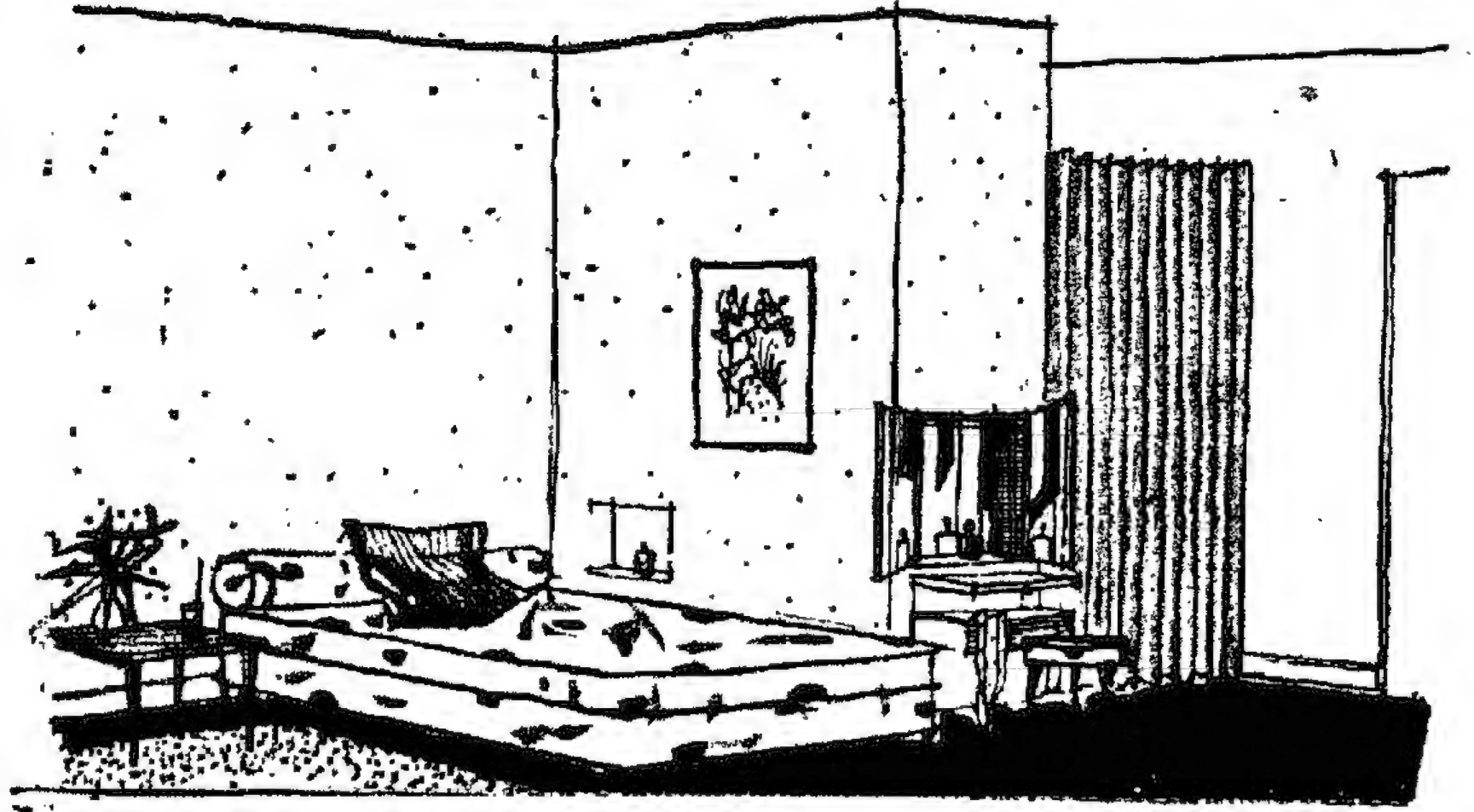
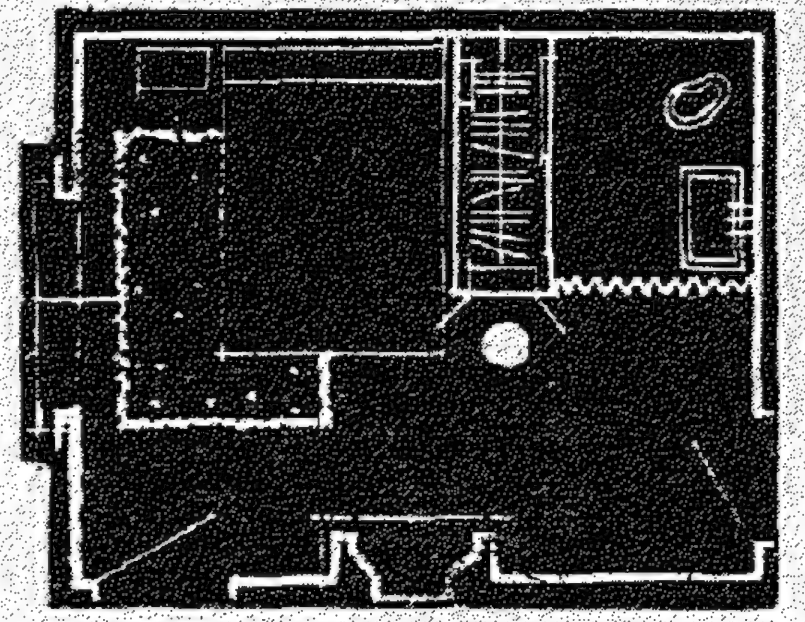
الغرفة الثانية



الحالة يمكن استعمال الفتحة التي في دولاب الحائط . وهناك فتحة أخرى مكسوة بمرايات تفتح وتغلق حسب الحاجة كأنها نافذة ، وتستعمل هذه المرايات والفتحة نفسها كتسريحة ويمكن وضع تحت هذه الفتحة منضدة صغيرة بها بعض الادراج . أمام دولاب الحائط فيمكن استغلاله في وضع البياضات والثياب .

الغرفة الثالثة :

يمكن تخصيص جزء من هذه الغرفة للحمام وذلك بأن نجعل دولاب الحائط فاصلا بين غرفة النوم والحمام . ولتوفير أكبر مساحة ممكنة تستبدل الابواب العادية ببابو يدخل في بعضه وتوضع التسريحة بين الباب والسرير كما هو ظاهر في الرسم . أما الفتحة فتكون في هذه الحالة بالقرب من رأس السرير لتستعمل كمنضدة صغيرة تضع عليها السيدة ما هي في حاجة اليه كالصباح الاياجور أو المنبه . ويجب ألا يقل عرض دولاب الحائط عن ٥٥ سم ان أردت استغلاله استغلالا مفيدا .



الغرفة الثالثة

فكر مدارس

القاهرة : ٢ شارع فؤاد الأول .
الاسكندرية : ٥٥ شارع سعد زغلول .
مصر الجديدة : ١٠ شارع عباس .
بورسعيد : ١٤ شارع صفية زغلول .
طنطا : ١١ شارع لاهية (ميدان الساعة)

لغات صيعة

اختزال . آلة كاتبة
محاسبة . اختزال آلي
تحضير لكافة الامتحانات
مكتب لأعمال الترجمة

فستونات وبرودري

تتولى كل سيدة دائما الى تحلية ثوبها بالبرودري والفستون
وهانحن نهيه لها الفرصة بهذه الرسوم بينما نقدم اليها ماكينه
الخيطة الجديدة سيجها التي تقوم بعمل البرودري
والفستون علاوة على اعمال الخياطة العادية

١ - قميص نوم بكشكشات دقيقة فستونية محلى باكام قصيرة
منتفخة

٢ - كومبنيون من الشيت وقد حلى الكورسيه بالبرودري
وهو يناسب السن بين الخامسة والسابعة



٣ - بحلى كورساج هذا الكومبنيون بفستون ارباسك
وهو يناسب السن بين الثامنة والعاشره

٤ - قميص نوم من الحرير ويكون البرواز فستون
ذا أسنان

٥ - بيجاما من التيل الرقيق وتحلى الياقة والكورساج
والجيوب والاكام برودري خميفة فستونية

٦ - جوبون مركب على بنسائه صفيرة تحت امبيسمان
فستونية مقصوص قصه دائرية

٧ - فستون بسيط يحلى بيجاما لطفلة من سن الثامنة
الى العاشره

قدم هذه الرسوم الاستاذ مصطفى طلعت
وكيل ماكينات الخياطة (سيجها) المروفسية
في محلات الطوبجي امام جريدة الاهرام بالقاهرة



المسافرون أصحاب الذوق يفضلون دائماً B.O.A.C.

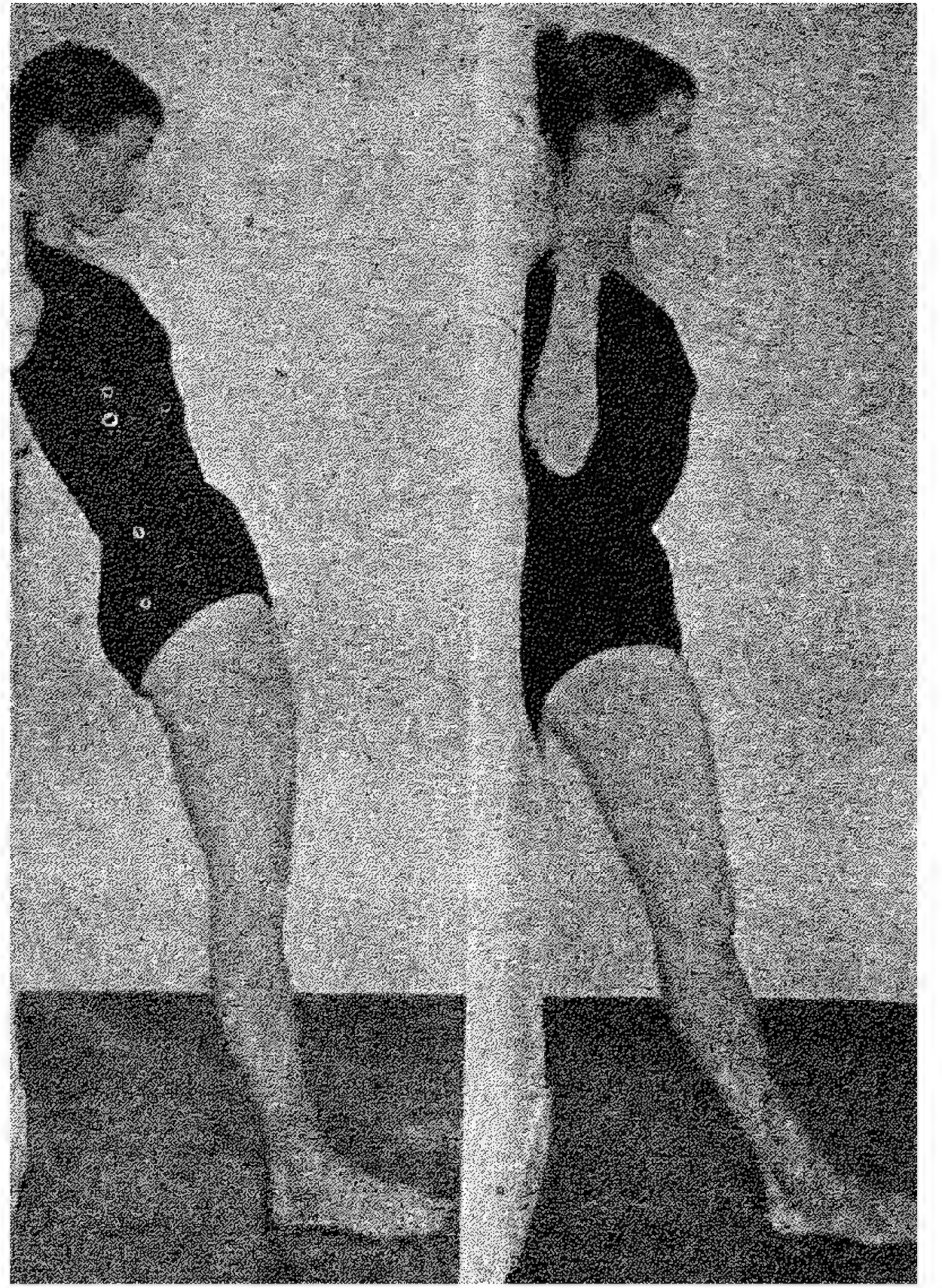
فهم يجدون فيها الراحة التامة
والصيانة الفائقة، والخدمة
المتأخرة، السفر
سريع للغاية
فيصلون الى
مدن امريكا
الفاخرة في
بضع ساعات



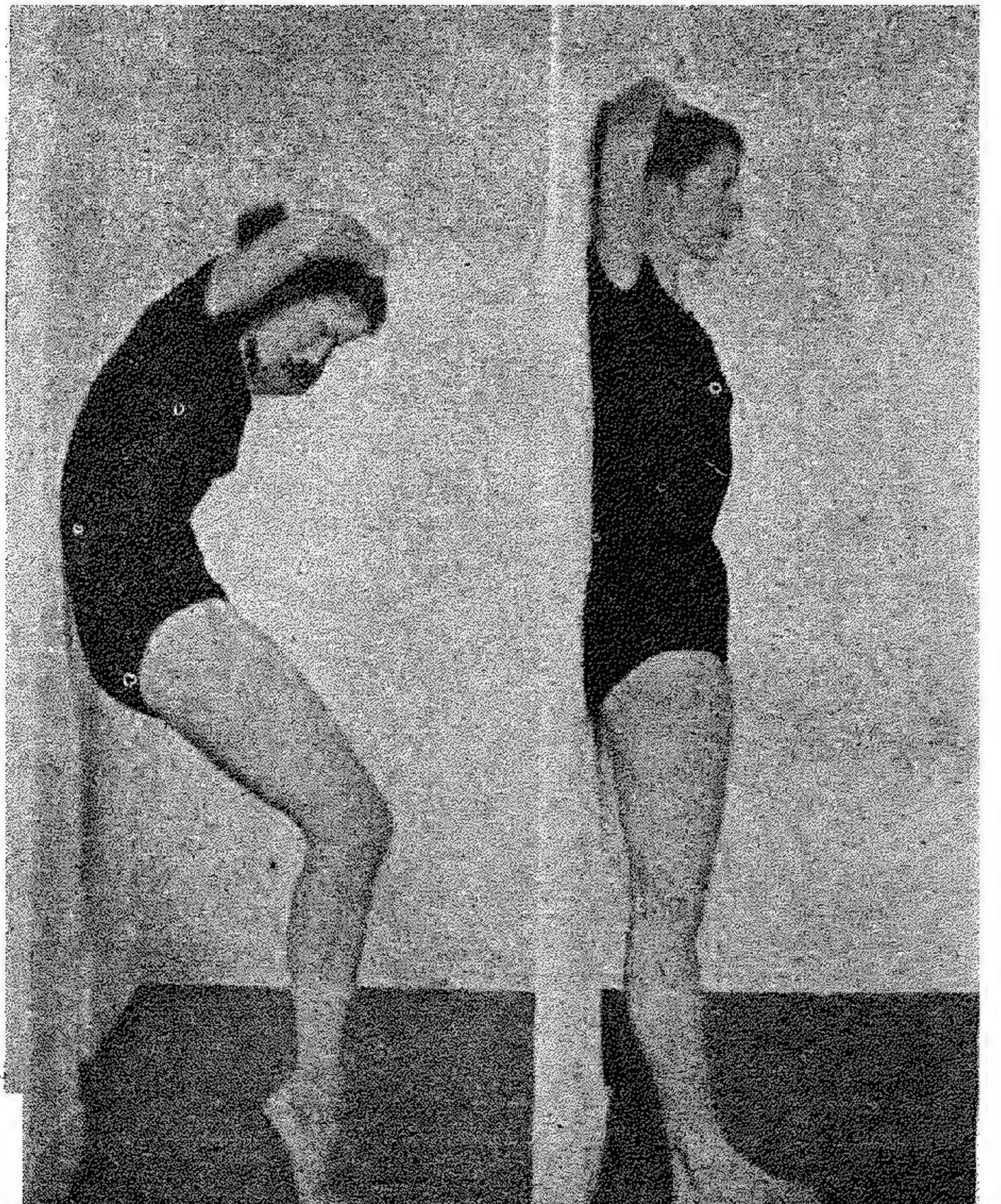
للاستعلامات و حجز الأماكن، القاهرة: شارع البستان ١، ٢٥٢٥٠ - ٢٥٢٥١
الاسكندرية: ميدان سعد زغلول، ٢٢٨٢٧ / ٢٢٨٢٨، أو إحدى وكالات سياحة الانكرا

الطريق الجوية B.O.A.C. تعنى بك كل العناية!

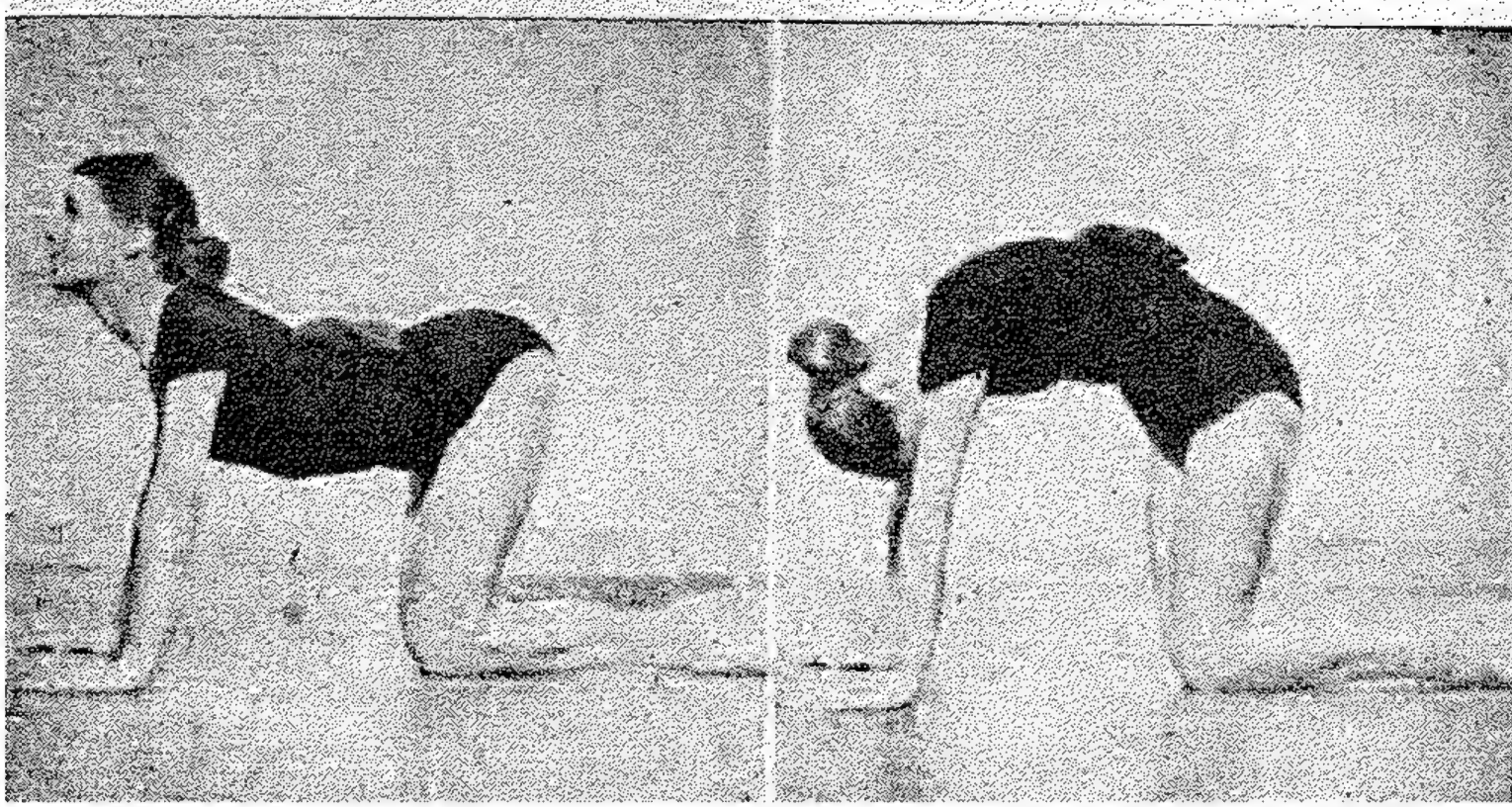
BOAC **سافر**
بطاكرات



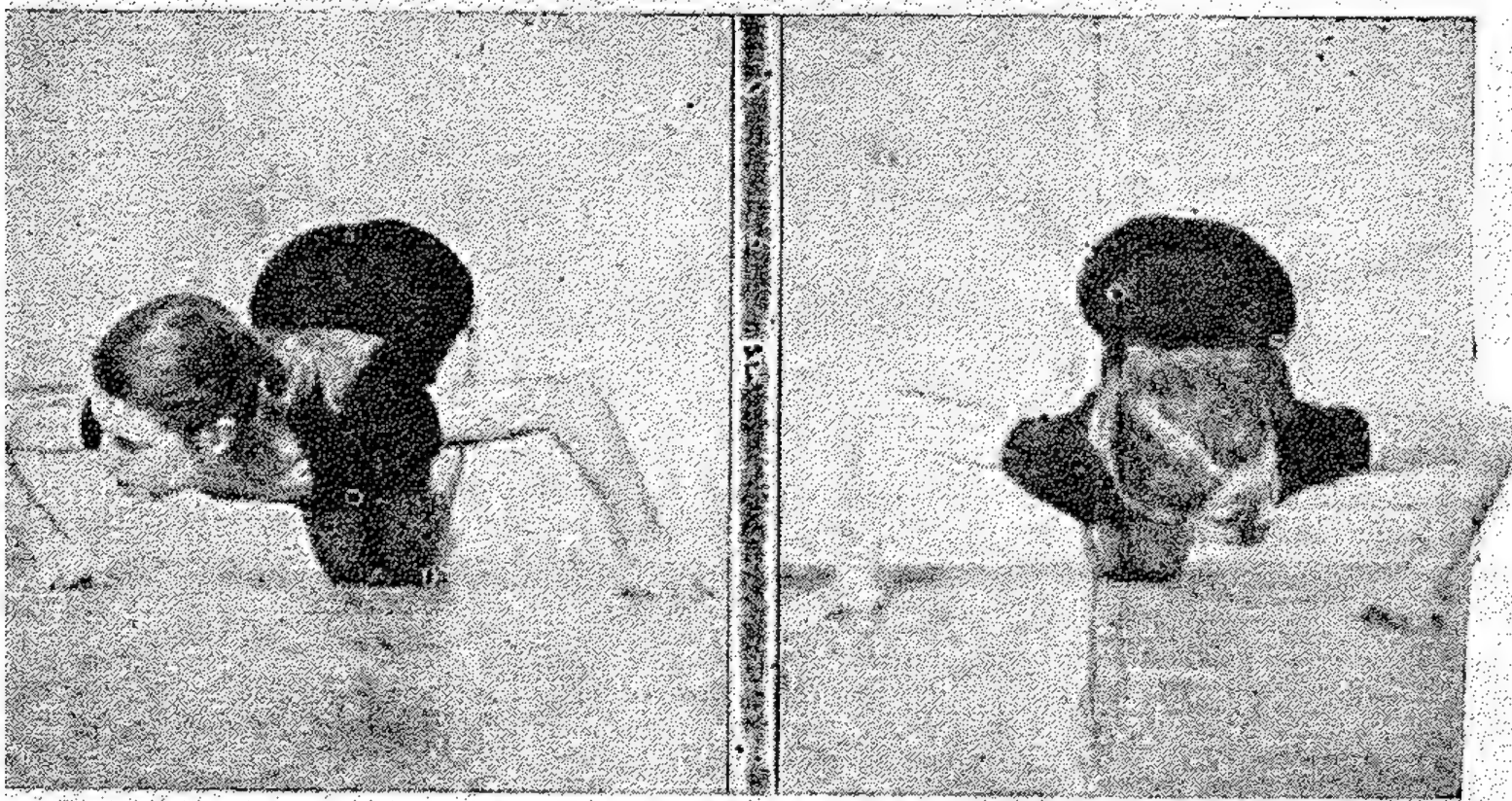
التمرين الرابع: قفي معتدلة، ضمي يديك على كتفيك استندي
بظهرك الى الحائط على أن تكون القدمان على بعد ٢٥ سم عن الحائط
شد عضلات الوركين وابعدي ظهرك عن الحائط (شكل أ). عودي ببطيئا
نحو الحائط (احتفظي بعضلات رديك مشدودتين واجتهدي في لصق كل
الظهر على الحائط) (شكل ب). كرري هذا التمرين أربع مرات.
التمرين الخامس: قفي على الحائط مع وضع اليدين على قمة
الرأس. ارفعي نفسك على أصابع قدميك. قدمي الحوض وأعلى الجذع.
يجب أن تظل منطقة الخصر ملاصقة للحائط (أن عضلات الوركين المشدودة
جعلت الحوض يترجح الى الامام) (شكل أ). ارفعي جسمك ببطء وشدني
ركبتك من جديد واستندي كل الظهر الى الحائط (شكل ب). كرري
هذا التمرين أربع مرات.



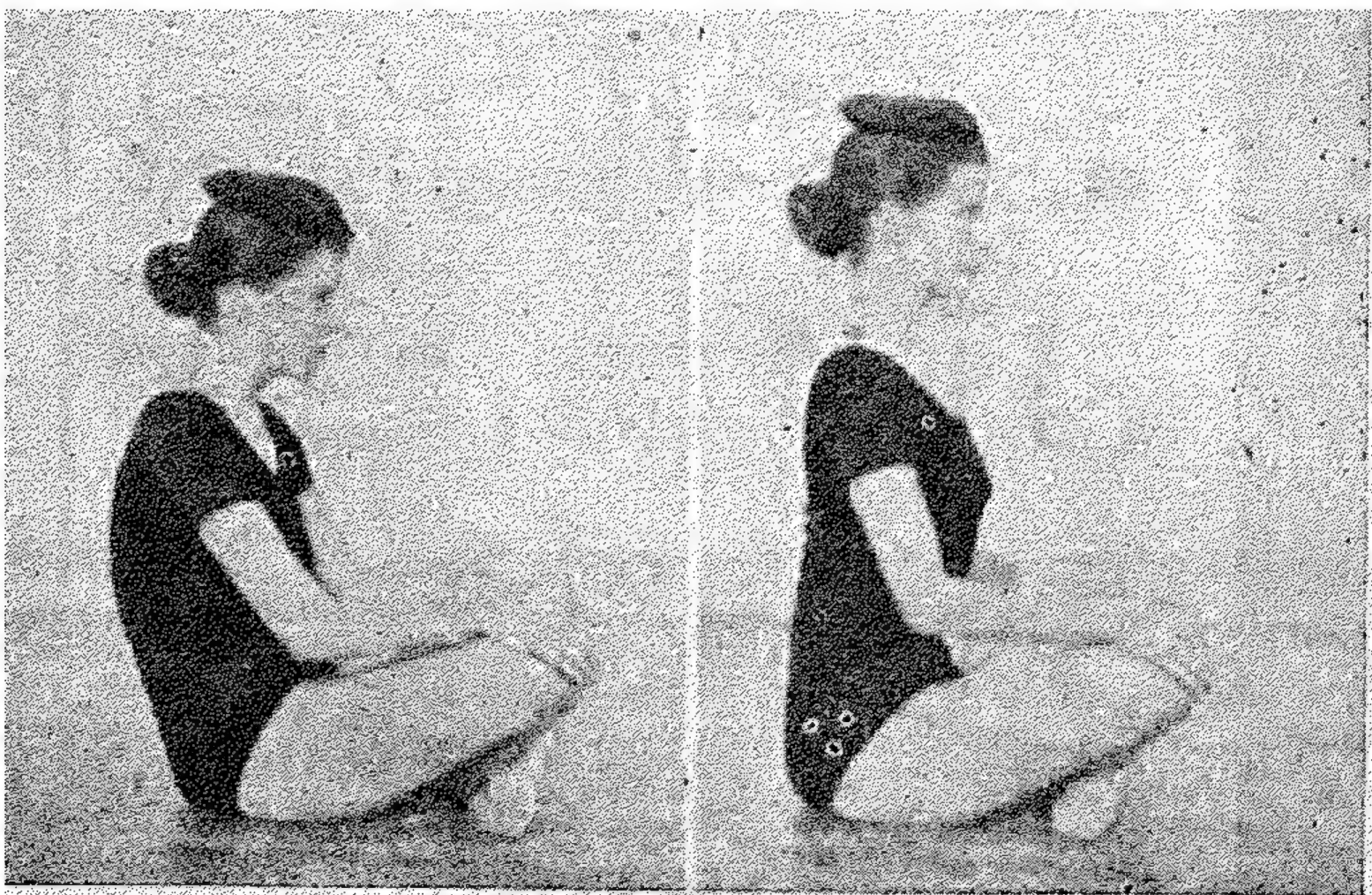
أهتقى بعضلات جسمك



لأداء هذه التمرينات الرياضية السهلة لابد لك من كيس صغير مملوء بالرمل
التمرين الأول : اركعى على ركبتيك مع وضع اليدين على الأرض .
ضمي الكيس على ظهرك وارفعي رأسك كما في شكل أ احثي رأسك إلى
الامام مع احديداب الظهر كما تفعل القطة . شدى عضلات الردفين كما
لى شكل ب . كررى هذا التمرين أربع مرات



التمرين الثانى : اركعى على ركبتيك وضمي يديك على الأرض على
أن تتركى بينهما مسافة كبيرة . اننى المرفقين (انظرى الصورة) ضمي
الكيس على عظام الكتفين . أرفعى رأسك . وانت على هذا الوضع ارسى
بجذعتك دوائر صغيرة إلى اليمين (شكل أ) إلى الامام وإلى اليسار (شكل ب)
مع أرجاع الجذع ببطء . كررى التمرين أربع مرات لكل جهة .



التمرين الثالث : اجلسى على الأرض مع تربع الساقين ووسع
اليدين على الركبتين والكيس على قمة الرأس . احثي ظهرك مع ثنى
المتى إلى الامام (شكل أ) . عودى إلى استقامتك ببطء مع ملاحظة
حركات كل عضو من أعضاء جسمك . امددى عنقك واخفضى كتفك .
يجب أن ترسمى بظهرك وعنقك خطا مستقيما . (شكل ب) كررى هذا
التمرين ثمانى مرات .

الفيتامينات

أهميتها والأطعمة التي توفرها

الفيتامينات مواد عضوية في الطعام لا بد للإنسان منها إذ هي أساسية للنمو وحفظ الكيان الطبيعي لوظائف أعضاء الجسم

فيتامين «أ» : يعطي الجسم المناعة ضد أمراض الجهاز التنفسي والجهاز البولي وينمي في الشخص الرغبة في الطعام كما يقوى جهازه الهضمي ويساعد الجلد على الاحتفاظ بمرورته ويساعد على إدرار اللبن . ونقص الفيتامين يؤدي إلى فقدان الشهية وقلة المناعة ضد الأمراض وجفاف الجلد والسعال وضعف الإبصار ليلاً . وإذا ازداد افتقار الجسم إليه حدث مرض في العين يسمى الرمد الجاف يبدأ بالعماس ثم التهاب الغشاء الشفاف الذي يغطي حدقة العين فيضعف البصر، كذلك يؤدي نقصه إلى ضعف الأسنان وإلى جفاف الغشاء المخاطي لأعضاء التنفس فتكثر نزلات البرد.

وأهم مصادره في النبات: السبانخ، الجزر، الفلفل، الطماطم، البسلة، الخس . وفي الفواكه : المشمش، المانجو، القراصيا . وفي منتجات الألبان : الزبد، الجبن، الكريمة، صفار البيض . وفي أنواع اللحوم : الكبد، الكلى، وزيت كبد الحوت .

ولا يتأثر هذا الفيتامين بحرارة الطهي العادي ولكنه ينقص بتعرضه للهواء .

وفيتامين «ب» : أثره محسوس في تحسين الشهية إلى الطعام ويساعد الجسم على النمو . ويقوى الهضم والمناعة ضد الأمراض ووجوده أساسي لتهدئة الأعصاب .

ويؤدي نقصه إلى الضعف العام وضعف ضربات القلب والاضطراب العصبي وفقدان الشهية واضطراب وظائف المعدة والأمعاء مما يؤدي إلى الامساك .

ويجب تزويد الأطفال والمرضعات بهذا الفيتامين لأنه يساعد على النمو في الأدوار الأولى من الطفولة ويدر اللبن .



ومواد الطعام التي يوجد بها هذا الفيتامين هي: البسلة، العدس، الطماطم، السبانخ، العنب، البندق، اللبن، البيض، اللحم البقري الأحمر، الكبد، ويوجد أيضاً في قشر الحبوب وعلى هذا فخبز الدقيق الأبيض خال منه .

ولا يتأثر هذا الفيتامين بحرارة الطبخ العادي ورغم ذلك فجميع الخضروات المطهية تخلو منه لأنه يذوب في الماء وتصفية ماء الخضار عند طهيها يفقدها إياه .

أما فيتامين «ج» : فيولد النشاط في الجسم ويعيد إليه القوة والحيوية وله أثر فعال في تكوين العظام

والأسنان وحمايتها من التسوس . ونقص هذا الفيتامين يؤدي إلى الصداق وسوء الهضم وضعف المفاصل والأسنان ونقص اللبن في الأم المرضع وبطء التحام العظام إذا أصابها شرج أو كسر . وشدة نقصه تؤدي إلى أعراض مرض الاسقربوط وهو مرض جلدي يصاحبه اختلال عام في وظائف أعضاء الجسم فيشعر الشخص بالذبول وآلام حادة في المفاصل وتورم في الأطراف ويكثر النزيف من الأنف، كما تظهر بقع قرمزية

من حالته الأولى . وهذا الفيتامين له القدرة على مقاومة حرارة الطبخ العادي مادام بعيداً عن الهواء، لذلك كانت أسلم طريقة لطهي الخضروات وضعها في الحلل الحديثة، وإذا لم تتوفر هذه الوسيلة فلا يطول بقاؤها على النار . ويقال إن نحاس أواني الطبخ له أثر في إتلاف هذا الفيتامين ولذلك يستحسن نقل الطعام بعد طهيها مباشرة إلى أواني أخرى غير نحاسية .

وفيتامين «د» : وجوده في الجسم ضروري لنمو العظام وتكوين الأسنان ولانتظام وظائف الغدد ويؤدي عدم وجوده إلى فقدان نشاط الإنسان وقابلية الأسنان للتسوس ولين العظام ولذا يجب مراعاته في تغذية الأطفال .

ويتوفر وجود هذا الفيتامين في الزبد، اللبن، صفار البيض، زيت كبد الحوت، وزيت جوز الهند . ويولد الجسم الفيتامين بنفسه بمجرد تعرض الجلد لأشعة الشمس وعلى هذا نرى الطب الحديث ينصح بتعريض جلد الأطفال لأشعة الشمس كل يوم لمدة قصيرة .

أما فيتامين «هـ» : فهو عامل هام للاحتفاظ بالصحة والحيوية وقد لوحظ أن القوة تتمثل في الأشخاص الذين يتوفر في غذائهم هذا الفيتامين كما أنهم ينجبون نسلاً قوياً سليماً .

هذا ويتوفر هذا الفيتامين في النباتات الخضراء كالحلبة المنبتة والخس والزبدة وزيت الزيتون وزيت بذرة القطن . وأخيراً نحن ننصح بضرورة تناول الفيتامينات المختلفة في الأطعمة التي توجد بها بحالتها الأولى بدلاً من تعاطيها في الأدوية والمستحضرات الطبية .

على شعبان

المدرس بالجيزة الابتدائية
الثانوية



الطريقة :

- ١ - فككي الكنافة من بعضها، واعملى الشراب بوضع السكر والماء وعصير الليمون على النار حتى يغلى ويعقد ويصير فى سمك الشراب . وبعد أن يبرد يضاف ماء الورد .
- ٢ - اقدحى السمن فى حلة كبيرة واسعة ثم حمري فيها الكنافة حتى يصير لونها أحمر ذهبيا ثم ضعها فى مصفاة واتركها فيها حتى تتخلصى من السمن الزائد بها بعد التحمير .
- ٣ - رشى الكنافة بحوالى ٣ ثلاثة كوب ماء ساخن بدون قلبها وذلك لكى تلين قليلا ولا حظى اجراء هذه العملية والكنافة فى المصفاة وتترك بها حتى يتصفى جميع الماء الزائد .
- ٤ - ضعى الكنافة بعد ذلك فى صينية وتسقى بالشراب البارد المضاف اليه الفانيليا أو ماء الورد .
- ٥ - حمري المكسرات الى ستستعملينها قليلا على النار ثم ضعها فوق ورقة من الشفاف حتى تمتص السمن الزائد بها .
- ٦ - اخلطى المكسرات بالكنافة ويقلب الجميع جيدا .
- ٧ - تغرف فى طبق صينى أو بللورى مسطح وتغرف فيه على شكل هرمى .
- ٨ - ضعى الكريم شانتيه فى كيس حلوى مركب عليه بليلة بشريط عريض وزخرفى به سطح الكنافة على شكل أشربة طولية وتقدم للاكل .

مربية بنت النيل

المقادير :

- رطل لبن
- ملعقة كبيرة دقيق أرز
- زلال بيضتين
- فانيليا
- سكر لتحلية

الطريقة :

- ١ - حلى دقيق الارز بقليل من اللبن البارد .
- ٢ - أضيفى الى اللبن ما يكفي لتحليته من السكر ثم ارفعيه فوق النار حتى يغلى .
- ٣ - يصب اللبن المغلى فوق دقيق الارز السابق مع التقليب السريع المستمر .
- ٤ - تعاد المهلبية على النار مع التقليب المستمر حتى تغلى وتستمر تغلى لمدة خمس دقائق حتى يغلظ قوامها وينضج دقيق الارز .
- ٥ - ترفع من على النار وتترك حتى تهدأ ثم تضاف الفانيليا أو ماء الورد .

يبدأ شهر رمضان المبارك فى الرابع عشر من شهر مايو الحالى وقد حرصت بنت النيل على أن تقدم لقارئاتها بمناسبة هذا الشهر المعظم أشهى ما تحتويه مائدة الافطار . ونرجو ملاحظة أن طعامك هذا الشهر يبدأ فى ١٤ مايو وهو شامل الاصناف التى تؤكل فى شهر الصوم . أعاده الله عليكم جميعا بالخير والبركات .

قطايف بنت النيل

المقادير :

- رطل قطايف صغيرة الحجم
- جدا « عصافيرى » ويمكنك الحصول عليها بالطلب .
- ٤ بيضات
- رطل سمن أو مايكفى للتحمير
- نصف أقة سكر
- كوب ماء
- قليل من عصير الليمون
- قليل من ماء الورد أو الفانيليا
- بندق أو لوز أو جوز أو فستق مدقوق

الطريقة :

- ١ - اضربى البيض جيدا ، واعملى الشراب باضافة السكر للماء وعصير الليمون ورفعه على النار حتى يغلى ويغلظ نوعا ويترك ليبرد ثم تضاف الفانيليا .
- ٢ - اغمسى القطايف فى البيض المربوب الواحدة بعد الاخرى وتلقى فى السمن المقدوح وتحمر حتى يصير لونها أحمر ذهبيا ، ثم توضع فوق ورق شفاف حتى تمتص السمن الزائد عن الحاجة .
- ٣ - ضعى القطايف المحمرة فى صينية وترص فيها رصا منتظما وتسقى بالشراب .
- ٤ - رشى على وجه كل واحدة مقدارا من البندق المدقوق وارفعى الصينية فوق نار هادئة جدا كما فى عيش السرايا وتترك على النار حتى تتشرب جميع الشراب وتصير لينة ثم ترفع من على النار وتترك حتى تبرد .
- ٥ - رصى القطايف على طبق بللورى أو صينى مسطح وزخرفى سطح كل واحدة بالفستق المقروم أو بوردة فى وسطها من الكريم شانتيه وتقدم .

كنافة بنت النيل

المقادير :

- رطلان من الكنافة
- رطل ونصف سمن للتحمير
- مكسرات « زبيب » صنوبر
- بندق ، جوز ، أو فستق حسب الرغبة
- كريم شانتيه للزخرفة
- نصف أقة سكر
- كوب ماء
- عصير نصف ليمونة
- ماء ورد أو فانيليا

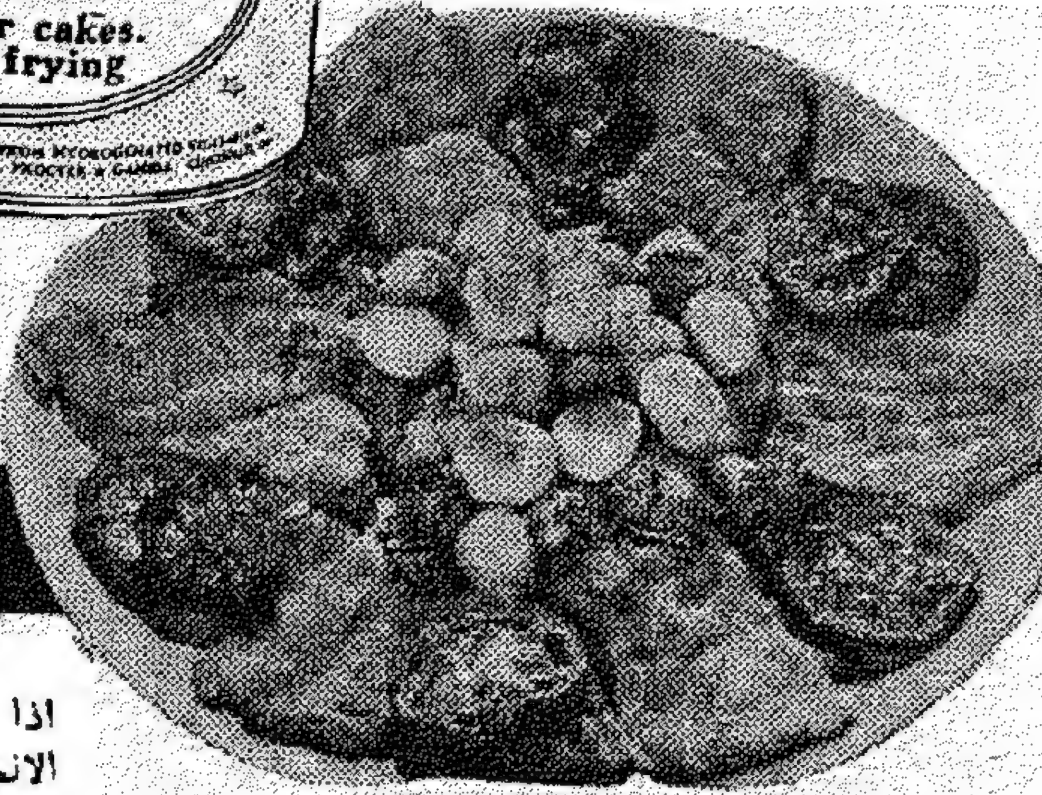
كريسكو السمنة الأمريكية النقية لقلّى مأكولات لذيذة

سهلة الهضم (غير عايمة في سمنها او مبشيشة)



«كريسكو» احسن سمنة في العالم
.. كلها نباتية . نقية . سهلة
الهضم . تسوى المأكولات تسوية
هشة لذيدة وتحمرها تحمرا منتظما
جميلا دون أن تكون (عايمة في سمنها
او مبشيشة)

جربى سمنة « كريسكو »
الأمريكية وتذوقى اشهى المقلبات
استعملها لعمل الكعك والحلوى
حتى لا يفتى طعم السمنة البلدى
الثقيل على طعم الفواكه والمكبرات
التي تضعينها في الكعك



بجاءا

إذا كنت تجيد اللغة
الانجليزية فاطلبى
كتالوج وصفات الطعام
الانجليزى من وكلاء
« كريسكو » م.ل.
فرانكو وينتو ٢٦ شارع
قصر النيل بالقاهرة

صورة شرائح من السمك المقلّى بسمنة
«كريسكو» وبطاطس وطماطم مقلية بها



من بيت ٢٤٤٨

٢٤-٣٧

٦ - اضربى زلال البيض بالشوكة في طبق مسطح حتى
يجمد تماما ثم اضيفيه الى المهلبية السابقة ويقلب فيها بخفة
جدا .

٧ - اغرفيها في أطباق فرن صغيرة عميقة ثم توضع في
فرن هادىء جدا حتى يحمر الوجه وينضج زلال البيض .

٨ - تقدم ساخنة أو باردة حسب الرغبة .

فول مدمس بالطحينة

من الاصناف السهلة الفاتحة للشهية في وجبات افطار
شهر رمضان .

المقادير :

كمية من الفول المدمس حسب ٤ فصوص ثوم

عدد الاشخاص الاكلين ملح وفلفل

كمية من الطحينة البيضاء سمن للتحمير

الطريقة :

١ - صفى الفول المدمس من مصفاة لتحصل على بيوريه
الفول .

٢ - اضربى الطحينة البيضاء مع قليل من الخل أو عصير
الليمون حتى تصير خفيفة كما في سلطة الطحينة السمبكة
نوعا مع اضافة قليل من الماء حتى لا تكثرى من كمية الخل
أو الليمون ويفسد الطعم .

٣ - اخلطى سلطة الطحينة السابقة مع الفول المصفى
ويتبل بالملح والفلفل ويخلط الجميع معا واضبطى الطعم .

٤ - عند التقديم يدق الثوم ويحمر في السمن ثم يرش
فوق بيوريه الفول بالطحينة ويقدم ساخنا .

قالب الخبز بالزبدة

المقادير :

رطل لبن فواكه مسكرة

٦ بيضات ٦ شرائح رفيعة خبز أفرنكى

سكر للتحلية زبدة للدهن

ملعقتان كبيرتان لارنج أو فانليا

الطريقة :

١ - لا حظى أن يكون رغيف الخبز الافرنكى المستعمل
بائتا ليسهل تقطيعه ، ثم قطعى منه ٦ شرائح رفيعة وأزيلي
الحروف الصلبة لتكون الشرائح من لب الخبز ثم ادهنى سطح
كل واحدة بقليل من الزبد .

٢ - ادهنى قالباً مستطيلاً عميقاً دهناً جيداً بالزبدة مع
ملاحظة دهن القاع والجوانب .

٣ - زخرفى قاع القالب بقطع من الفواكه المسكرة وزخرفيه
زخرفة خفيفة تناسب الذوق السليم ، ثم ضعى طبقة من
شرائح الخبز فى قاع القالب بشرط أن يكون السطح المدهون
لاسفل وأن يكون قاع القالب مغطى تماما بالخبز وعدم ترك
أى فراغ بين قطع الخبز وبعضها .

٤ - ضعى الفواكه المسكرة بعد تقطيعها الى قطع صغيرة
ثم ضعى فوقها باقى شرائح الخبز المدهونة مع ملاحظة أن
يكون السطح المدهون بالزبدة لاسفل أيضاً .

٥ - اضربى البيض ضرباً خفيفاً لتحليله قليلاً .

٦ - اغلى اللبن وأضيفى اليه من السكر ما يكفى لتحليلته
ثم أضيفيه وهو ساخن فوق البيض المربوب مع ملاحظة
الضرب بقوة حتى لا يكلع البيض وإذا لم تتمكنى من ذلك

افطارك في شهر رمضان

نظرا لوقوع شهر رمضان المبارك في النصف الثاني من هذا الشهر رأيت أن تشمل قائمة الطعام لوجبات الافطار

الخميس ٨ رمضان - ٢١ مايو
خشاف البلح ، فراح
محمرة ، ملوخية ، دمة ،
أرز مفلفل ، مخلل ،
صينية بقلادة بالكستردة

الجمعة ٩ رمضان - ٢٢ مايو
خشاف التين ، فول مدمس
بالتقلية ، كباب حلة ، قرع
مكمور ، أرز مفلفل ،
سلطة خضار ، فاكهة

السبت ١٠ رمضان - ٢٣ مايو
منقوع قمر الدين ، بيوريه
المدمس بالطحينة ، ترلي ،
مكرونة ، روستو اللحم
الماسية

الأحد ١١ رمضان - ٢٤ مايو
خشاف البلح ، لحم
بوفتيك ، باميا مكمورة ،
أرز مفلفل بالشعرية ،
مخلل ، بغاشة

الاثنين ١٢ رمضان - ٢٥ مايو
منقوع قمر الدين ، فول
مدمس بسلطة خضر ،
طبق محاشي متنوعة ،
مهلبية قمر الدين

الثلاثاء ١٣ رمضان - ٢٦ مايو
خشاف بلح ، فول مدمس
بالتقلية ، سلطة باباغونج ،
صينية القرع المحشو
بالعصاج ، مكرونة

الأربعاء ١٤ رمضان - ٢٧ مايو
خشاف التين ، كفتة اللحم
مسقعة باذنجان ، محشو
ورق عنب ، سلطة زبادي
قالب الخبز بالزبدة

الخميس ١٥ رمضان - ٢٨ مايو
منقوع قمر الدين ، فول
مدمس بالبيض ، لوبيا
خضراء مكمورة ، لحم
روستو ، سلطة خضار

الخميس اول رمضان - ١٤ مايو
خشاف بلح وتين ، فول
مدمس بالتقلية ، لحم
بالدمة ، ملوخية ، أرز
مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الجمعة ٢ رمضان - ١٥ مايو
منقوع قمر الدين ، كفتة
اللحم ، مسقعة باذنجان ،
مكرونة ، سلطة زبادي ،
صينية الكنافة بلقشدة

السبت ٣ رمضان - ١٦ مايو
خشاف بلح ، فول مدمس
بسلطة الخضر ، فاصوليا
خضراء مكمورة ، أرز
مفلفل ، مخلل

الأحد ٤ رمضان - ١٧ مايو
خشاف قراصيا ، بيوريه
المدمس بالطحينة ، لحم
بوفتيك ، قرع مكمور ،
قطايف

الاثنين ٥ رمضان - ١٨ مايو
منقوع قمر الدين ، فول
مدمس بالتقلية ، شركسية
اللحم ، مكرونة ، دقة
الباميا ، سلطة خضار ،

الثلاثاء ٦ رمضان - ١٩ مايو
منقوع الزبيب ، لحم
بالتريية ، بطاطس مكمورة
كوسة محشوة ، سلطة
خضار ، خشاف مشمشية

الأربعاء ٧ رمضان - ٢٠ مايو
منقوع قمر الدين ، فول
مدمس بالتقلية ، صينية
باذنجان بصل البشاميل ،
مخلل ، أصابع كنافة

بمهارة فاتركي اللبن حتى يبرد قليلا ويصير دافئا ثم يضاف للبيض مع التقليب ، ثم أضيفي القانليا واضبطي الطعم فتحصلي في هذه الحالة على « كستردة » .
٧ - صبي الكستردة « البيض واللبن » في القالب فوق الخبز ثم اتركي القالب جانبا لمدة ربع ساعة حتى يتشرب الخبز أكبر جزء من الكستردة .

٨ - يخبز في فرن هادي جدا جدا ولا حظي أن الفرن الساخن يفسد لك النتيجة ولزيادة الحرص ضعي قالب الخبز في الزبدة الدافئة ولا حظي عدم غليان الماء واتركي القالب حتى يتم نضجه ويجمد ويمكنك معرفة ذلك بوضع سيخ رفيع داخله فإذا خرج به كستردة سائلة دل على عدم نضجه .

٩ - عند التقديم يقلب على طبق بللوري أو صيني مستطيل ويقدم للاكل ساخنا أو باردا حسب الرغبة .

فطيرة الاذرة

سبق أن نشرت في أحد أعداد بنت النيل ولكن سألتني الكثيرات عنها هذا الاسبوع لذا أعيد نشرها :

المقادير :

نصف كوب سمن
كوب الا ربع سكر بودرة
٦ بيضات
كوب دقيق ذرة

الطريقة :

١ - اضربي السمن مع السكر جيدا حتى يصير خفيفا وهشا مثل الكريمة .

٢ - اضربي البيض على حدة في سلطانية كبيرة بمضرب البيض حتى يغلظ قوامه نوعا ليتسرب أكبر كمية من الهواء .

٣ - اخلطي الخميرة بدقيق الذرة بعد نخله .

٤ - أضيفي البيض والدقيق بالتبادل الى خليط الزبدة والسكر ثم أضيفي القانليا حتى تحصلي على عجينة يسهل انزلاقها من المعلقة وأضيفي قليلا من اللبن ان احتاج الامر .

٥ - ادھني صينية دهنا جيدا بالسمن ورشيها بالدقيق ثم صبي منها العجينة .

٦ - تخبز في فرن متوسط الحرارة حتى تنضج تماما وتقلب على منخل سلك حتى تبرد ، ثم تقدم على طبق مسطح .

ساي هولندي

الطبل

بمجلات فارس

بالقبة ٥٧٠٧٥

الاقتصادى الكبير الاستاذ عبد المقصود احمد

رئيس مجلس ادارة بنك مصر

يلقى تقرير مجلس الادارة على الجمعية العامة العادية للمساهمين المنعقدة بمركز البنك الرئيسى بالقاهرة

يوم السبت ٢٨ مارس ١٩٥٣

القرارات

قررت الجمعية العمومية
بالاجماع ما يأتى :

أولاً - التصديق على تقرير
مجلس الادارة وعلى الميزانية
والحسابات للسنة المنتهية
فى ٣١ ديسمبر سنة ١٩٥٢
واخلاء طرف أعضاء مجلس
الادارة من كل ما يتعلق
بإدارتهم فى السنة المذكورة .

ثانياً - الموافقة على توزيع
الأرباح كاقترح مجلس الادارة
وصرف مبلغ خمسة وثمانين
قرشاً عن كل سهم - بدون
استقطاع ضرائب - مقابل
تقديم الكوبون رقم ٣٠

مصحوباً بالسهم الى بنك مصر
أو أحد فروعها ابتداء من يوم
الاثنين ٣٠ مارس سنة ١٩٥٣
ثالثاً - إعادة اختيار

حضرات أعضاء مجلس الادارة
الذين انتهت مدة عضويتهم
وهم : محمد رشدى . حسن
مختار رسمى . احمد عبود .
محمد توفيق خليل . محمد
لطفى محمود

رابعاً - إعادة تعيين حضرة
فؤاد احمد الصواف وجناب
ف . ر . و . وودز مراقبين
للحسابات لسنة ١٩٥٣
وتفويض مجلس الادارة فى
تحديد أتعابهما .

نشاطها الاقتصادى . فهذه
هى الوسيلة الوحيدة لخلق
الثروات وتجميعها وهى
الدعامة الصحيحة لاي بنية
اقتصادى .

وأفاض فى كيفية تمويل
المشروعات الكبرى التى
تعتزم النهضة تنفيذها
ووصف العلاج بأن ذلك يجب
أن يتم عن طريق القروض
المحلية والخارجية وأن رعاية
الاموال الاجنبية مما يساعد
على نشاط التصنيع فى البلاد
لان الضرائب وغيرها لا تكفى
للسير فى هذه المشروعات .
ثم تكلم عن حالة الانكماش من
ركود سوق القطن ودلل على
ذلك بارتفاع أسعارنا عن
المستوى العالمى وامتحاح
للحكومة وسائلها فى علاج
تصريف القطن مما أعاد الى
السوق الكثير مما كانت قد
فقدته من الثقة والاقبال .

ثم قال : « وفى يقيننا ان
الاسراع فى انجاز المشروعات
المعدة للتنفيذ أمر حيوى
لاستمرار وتنمية هذا النشاط
حتى تجنب البلاد ما قد ينجم
من مشاكل ومتاعب اقتصادية
 واجتماعية خطيرة » وأن بنك
مصر يجدد اليوم عهده لمضاعفة
جهوده للقيام بنصيبه عملاً
منه بالواجب نحو الوطن
العزیز .

وترسم الاهداف وبدأ العمل
لبعث مصر بعثاً جديداً فى
كافة نواحي حياتها السياسية
والاقتصادية والاجتماعية .
وأن فى أهداف هذه النهضة
المباركة وفى شعارها ما
يبعث فى النفوس الأمل
والتفاؤل بتحقيق ما تصبو
اليه البلاد من قوة ومنعة
لتنبؤ المكانة الجديرة بها
بين الأمم .

ولقد تجلت بوادر ذلك
فيما أنشأته الحكومة من
هيئات لتخطيط وتنسيق
وتنمية الانتاج القومى وفيما
سنته من تشريعات للإصلاح
الزراعى ولرفع مستوى الحياة
بين الطبقات العاملة وفيما
عنيت به من اختيار الاداة
اللازمة لتنفيذ أهداف النهضة
وفى مقدماتها انجاز المشروعات
الحيوية الهامة التى طالما
تطلعت اليها البلاد .

وبعد أن تحدث عن موارد
ثروة البلاد القومية ووفرتها
قال : « وانه لمن الخير أن
تكون تنمية الانتاج القومى فى
مقدمة ما تعنى به البلاد .
فان كل أمة آخذة بأسباب
التقدم لا تستطيع أن تصل
الى أهدافها دون أن تنتهج
وأن يفيض إنتاجها على
حاجاتها وأن تدخر جزءاً من
ذلك لتثمره فى توسيع نطاق

بدأ مستعرضاً أحداث
العام الماضى ومقارناً إياها
بأحداث الأعوام السابقة من
حيث بقاء التوتر الدولى
والحرب الباردة وان الجزء
الكبير من المواد الأساسية
والقوى العاملة تستنفد
لأغراض التسليح وأن
ميزانيات الدول وشئون
النقد والتبادل التجارى
والانكماش الناشئ عن عدم
الثبات على شراء وتخزين
الخامات التى اقتضتها الحرب
الكورية كلها تتعثر وتفتقر
دائماً وبخاصة فى دول
المعسكر الغربى الى عون
الولايات المتحدة الأمريكية .
ثم قال « والحالة التى
يعيش فيها العالم الان تدعو
الى كثير من التفكير والتدبر
لتيسير التحول من
اقتصاديات الحرب الى
اقتصاديات السلم تجنباً لما
يجره الانتقال المفاجئ من
رجات عنيفة فى الحياة
الاقتصادية والاجتماعية اذا ما
قدر للعالم أن يتفادى حرباً
عالمية أخرى وأن ينعم بالسلام
فترة غير قصيرة . »

وقال « ان نهضة الجيش
المباركة هى أهم ما حفل به
موكب الزمن من أحداث وان
سنة ١٩٥٢ كانت بداية
التحول فى وضع القواعد



وانا احبك لانك النور الذي
اشتبهه ..

اننى اشتبهى النور الذي
هو انت .. واهفو الظلال
التي هي ما ضيى ... اتقدم
نحو النور حتى ولو بهرنى .
أم أنشئ الى الظلال حيث
الافكار الرطبة !!

فى كثير من الاحيان
يعاودنى الحنين الى الماضى ..
رغم وجودك معى ورغم امتلاء
كيانى بك .. ولهذا اريد
منك أن تبهرينى بنور عينيك
وان تجعلينى انا نفسى نورا :
نور ما بعده من نور ، أفى
مقدورك أن تفعل هذا ؟ انى
فى انتظارك ...

ولم يكمل مدوح ما ابتدا
فى كتابته فقد ألقى بالقلم
جانبا فى حركة عصبية
واضحة ، ووضع رأسه بين
يديه من جديد ..

ومرة أخرى رفع رأسه
فجأة وأخذ يحرق فى الكراسى
المبسوطة أمامه ... وابتدا

ذكرى ولدى ..

يقرب بين أوراقها ويقلب ..
واندفع يقرأ ما تحويه
صفحاتها بشغف واهتمام .
ولم يفق من قراءاته التى غيبته
عما يحيط به الا بعد ثلاث
ساعات طوال . وكانت
ساعته تشير الى الثالثة بعد
منتصف الليل . ورغم ذلك
لم يجد ما يدفعه الى النوم ،
وهكذا مضى نحو باب غرفته
الذى يفتح على شرفة المنزل
واخترقه وأجلس نفسه على
أول مقعد صادفه أمامه ...
والقى برأسه الى الوراء
مغمضا عينيه نصف اغماضة
وابتدأت الصور والخواطر
والحوادث تتابع أمامه وكأنها
فيلم سينمائى .

تذكر مدوح تلك الايام
التي مضت والتي لن تعود
ثانية ، وتذكر عفاف فهذه

انا هائم ... وما بين
الذكرى والامانى انا حائر
.. كتب الماضى على كيانى
تاريخا خافلا ، وسطر فوق
جبينى اياما واياما ، يراودنى
الشوق اليها رغم انى منها ،
ويخالجنى الحنين اليها وهى
منى ، وهكذا وجدت حاضرى
ليس بحاضر ، وهكذا وجدت
نفسى هائما حائرا : ما بين
الماضى والمستقبل ..

انا يا دنيائى قلب مرهف
حساس خفقاته لها صدى
وضجيج ، انا يا دنيائى عقل
متفتح دقيق أضواءه تشع
فى وجودى وما يحيط بى ،
انا يا دنيائى احب الماضى لانه
منى ولانى منه ، واتعشق
المستقبل لانه انت وانت انا ،
انا احبك لانك دنيائى ، وانا
احبك لانى احب نفسى ..

الايام هى ايام عفاف . وأخذ
يستعرض ظروف لقائه بها
أو ظروف ارتباطها بها ، وبعد
تلك الظروف التى أبعدت
كليهما عن الآخر .. وبدون
وعى منه أخذ يحدث نفسه :

« لماذا أفكر فى عفاف
الان ؟ .. ولماذا تأتينى
صورها جديدة ناطقة بالحياة
أفى مثل هذا اليوم أفكر فيها ؟
أفى مثله تلوح لى عفاف
كالامل الباسم ؟ لقد كانت
حياتى فى يوم من الايام وقفا
عليها . وكان وجودى كله
طوع نظرة من نظراتها ...
وكانت تعلم هذا ، وتدركه
تمام الادراك ، ولكنها
أغمضت عينيهما عنه . لقد
قلت لها يوما انها الماضى
والحاضر . وان فى مقدورها
أن تكون المستقبل .

لقد ظهرت بعد أن فات
الوان ، وبزغت بعد أن كتبت
قد خطوت فى طريقى نحو
المستقبل . ان أحزان الماضى
كلها تعاودنى الان . فقد
اختارت أن تكون حزنى ،
لأنها هى الماضى والماضى فقط
.. اننى لن أسمح لها بأن
تدخل حياتى من جديد ...
اننى لن أسمح لها بأن تدخلها
من ذلك الباب الخفى : باب
الماضى .

سأحتفظ بها ذكرى ...
وذكرى حلوة عاطرة . ولن
أدعها تظهر ثانية هكذا
فجأة فى مثل هذه اللحظات
الحاسمة من حياتى . ولن
أدعها تقربنى ثانية لانى
أريد أن أتذوق لذة البناء .

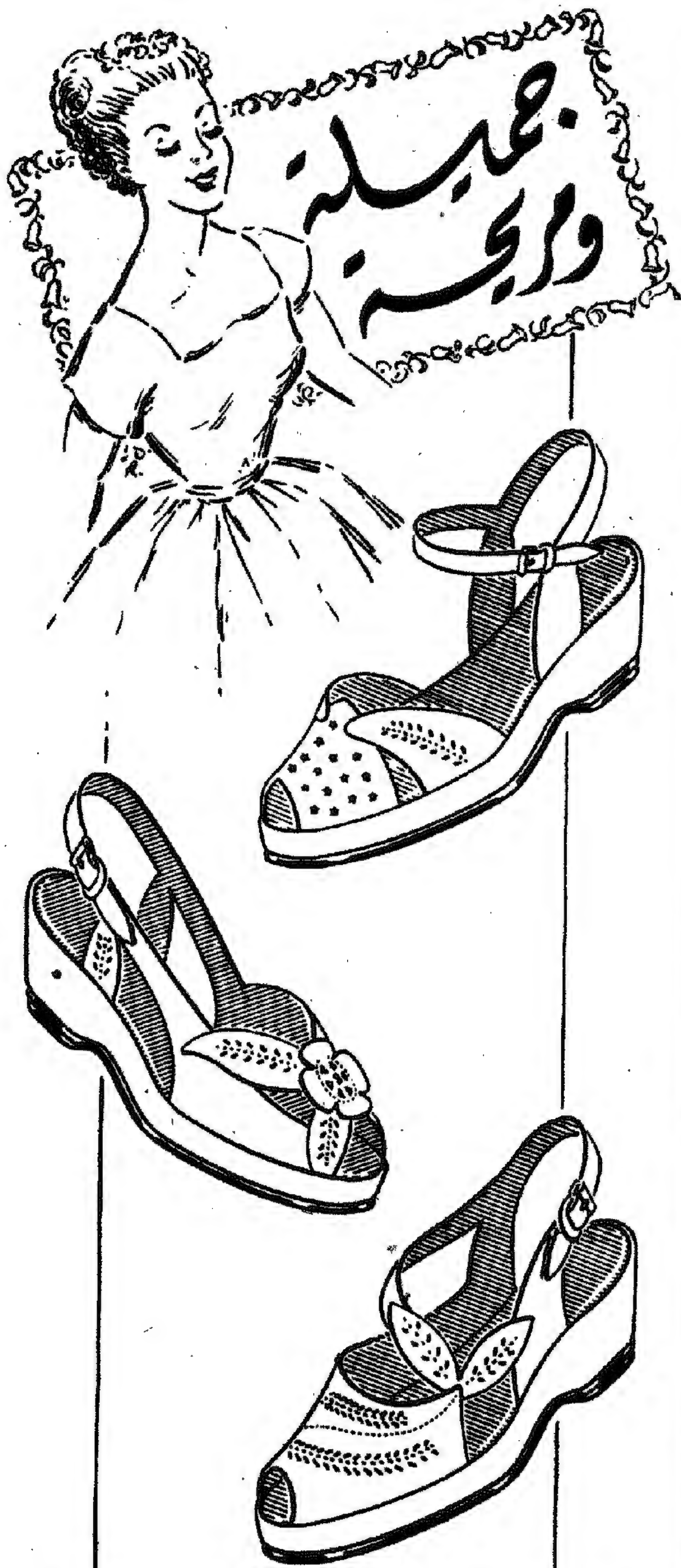
وكف صاحبنا عن الحديث
الى نفسه . وابتدا الصمت
يجره الى الفكر من جديد .
ولم تكن عفاف هى مصدر
تفكيره هذه المرة ولكن جاءت
صورة أخرى أخذت تتراعى
له بوضوح وتوهج أمامه
بشدة وكان مصدرها هذه
المرة هو حاضره وكان
ارتباطها هذه المرة فى ذهنه
متصلا اشد الاتصال
بمستقبله اما الصورة فصورة
سهير .. فمن هى سهير

جلس مدوح على مكتبه ،
واسند رأسه بين يديه ..
وأخذ يفكر ويفكر . ولم يكن
هناك من يستطيع أن يعرف
الافكار التى تدور فى رأسه ،
فقد كانت افكارا غريبة فى
وقت كهذا الوقت الذى جلس
فيه على مكتبه واسند فيه
رأسه بين يديه ...

وفجأة رفع رأسه وأخذ
يحرق فى النور المنبعث من
المصباح الكهربائى المتدلى من
سقف غرفته . ثم أخذ يبحث
بين مجموعة من الكتب
المراكمة على المكتب عن
كراسة معينة وجدها بعد
لحظة قصيرة .

وامسك بقلمه وأخذ
يسطر ويسطر .. وكانت
الكراسة هى كراسة مذكراته
التي دأب على كتابتها منذ
سنتين . أما ما كتبه فيها
فقد استطعنا أن نعرفه ..
وسننقله فى الاسطر التالية
بالحرف الواحد ..

مساء ٢٩ مارس سنة ١٩٥٣
ما بين الماضى والمستقبل



٢٣٩٦٥ ع

فيها ان لا مانع من الزواج وان كان الرأي الاول والاخير لها هي دون غيرها . وأحس بعد ذلك بنفس الاطمئنان الذي أحس به حينما انفرد بسهر ذات يوم وأخذ يحادثها في مواضيع كثيرة قريبة من هدفه أحيانا وبعيدة عنه أحيانا أخرى . ثم شعر بكيانه كله يهتز من فرط الانفعال لمجرد تذكره الطريقة التي صارح بها سهر بحبه ورغبته في الارتباط بها حتى آخر عمره .

وابتدأت صور هذه الحادثة تتجسم في مخيلته بشكل واضح وابتدأ يرى نفسه جالسا قبالتها والمائدة الصغيرة تفصلهما . وابتدأ يرى نفسه ممسكا بأوراق اللعب (الكتشيينة) ويراها هي الاخرى ممسكة بأوراقها . وابتدأ يحس بنفس الاحساسات التي كانت تخالجه حينما كانت نظراته تلتقي بنظراتها . وجاءه نفس الشعور الذي جاءه حينما وجد انه غير قادر على الاستمرار في اللعب . ووجد عينيها - وعينيها فقط - مجسمتين أمام ناظره كما حدث في ذلك اليوم . ووجد نفسه يردد الكلمات التي طالما شعر بالرغبة في مصارحتها بها وكأنها أمامه . وكان اللحظات التي قالها فيها من قبل قد تجددت وعادت مرة أخرى . وتخيل بعد ذلك ابتسامتها الجميلة وضغطه يدها الصغيرة على يده وهو يبارح المنزل .

وأفاق ممدوح من كل هذه التاملات على صوت آذان الفجر آتيا من بعيد مع الهدوء الذي يسود الدنيا في مثل هذا الوقت من الصباح المبكر . وقام من المقعد وأخذ يروح ويغدو مخترقا الشرفة من بدايتها حتى نهايتها . وبينما هو على هذه الحال سمع صوتا آتيا من (البقية ص ٦٦)

هذه الالهة الفتاة التي بحث عنها قلبه بعد ان فرغ من حب عفاف فامتلا بها . انها الاليفة الصغيرة الجميلة التي قال له قلبه انها ستحيل حياته مراحا . وستذهب بالاحزان الى الوراء الى غير رجعة . انها الخير والسعادة بالنسبة اليه . والاستقرار والهناء اللذان كان ينشدهما انها سهر خطيبته . وابتدأ يتذكر وان كان في ضميم نفسه يعلم تمام العلم بأنه في غير حاجة الى التذكر فقد كان معها منذ ساعات فقط . ولكنه كان يحب التذكر فقد تعود منذ صغره وعاش فترة طويلة من حياته على مجرد التذكر .

ابتدأ ممدوح يتذكر ذلك اليوم الذي ذهب فيه الى عائلة سهر لزيارتهم بعد طول انقطاع . فقد كانت قريبة له ولكن من بعيد . وتذكر كيف قفزت فكرة الاستقرار وتجسست في ذهنه منذ اللحظة الاولى التي جلس فيها في منزلهم . وتذكر كيف أحس بتيار غريب من العواطف المبهمة يتماوج بقلبه . وكيف كان لنظرات سهر وقع عجيب أشعل فيه الرغبة الى الحياة وأحيا فيه الاندفاع نحو الحب .

تذكر ممدوح كل هذا وتذكر بعد ذلك زيارته التي تكررت لمنزلها . وكيف دعاهم الى السينما حيث جلست سهر بجواره وأخذا يهمسان في أذن بعضهما البعض بتعليقات لها مغزى ، أى مغزى ، ومعنى أى معنى .

أقول تذكر ممدوح كل هذا وتذكر معه كيف ابتدأ يخطو خطواته الاولى الحاسمة حينما قام (بجس نبض) والدتها في موضوع زواجه من سهر فقد كان الوالد لدى الرفيق الاعلى من الجنة منذ سنتين وابتدأ يحس بقلبه يدق كما كان يدق في اللحظات التي عرف



أعلى التيارات..!

يؤدون نفس أدوارهم هذه أمام الحشود الضخمة من شعبهم الإيطالي أو الفرنسي مثلا ، وذلك لأن أسعار الدخول في الغالب ، لا تكاد تبهظ انسانا ، في تلك البلاد التي تعرف أن الفن من حق الشعب ، بل انه لم ينتج الا ليخاطب هذا الكيان الخالد ، الشعب !..

إذا كانت حجتنا هنا ضيق دار الأوبرا ، فلماذا لا نبني دارا أوسع ، تسع الآلاف العريضة الضخمة ، وتسد أثمان تذاكرها الكثيرة ، ما كانت تسده أثمان التذاكر القليلة الغالية .

ما دتم تقولون أن هذه الفرق تحضر لتثقف الشعب ، فأدخلوا الشعب ليراه ، ليس كل الشعب .. ولكن على الأقل - هذه الجماعة منه التي تتوق الى الاستمتاع بالفن ، لأنها تعرفه وتحسه ، ولكنها لا تملك الثمن .

لسنا في حاجة الى أن نكرر المحاضرة التقليدية، عن أن التقدم المادي لا بد أن يقوده تقدم معنوي ، وأن القائد الأكبر في الحياة هو الفن الاصيل الجميل .

نعم من الضروري أن تحضر الفرق الأجنبية الى مصر ، وأن تعرض انتاجها الفني الراقى ، بل ان هذا واجب محتوم على كل مسئول عن الوعي الفني والتقدم المعنوي في البلاد .. ولكن ، لماذا التناقض ؟..

والتناقض هنا ، هو بين الهدف الذي من أجله تسعى الادارات المختصة الى التعاقد مع مثل هذه الفرق ، وبين النتيجة التي نراها واضحة أمامنا ، إذا نظرنا من فوق ، من أعلى التيارات !..

ففي أعلى التيارات ، في أوبرا « ريجولتو » مثلا ، كانت حشود المثقفين في مصر تتكاكأ على نفسها ، وتتكدس كأنها كتلة واحدة لا يكاد الانسان يجد بينها موصعا لقدم ، بينما تكاد الصالة تملأ من الرواد .. فلماذا ؟

لان سعر المقعد الواحد في الصالة يتراوح بين الاربعة جنيهات والجنيهين ونصف ، فلا يكاد مثقف واحد يجرو على شراء تذكرة هناك ، بله البناوير والالواج !.. ان هؤلاء الذين يحضرون الى مصر ، ليشاهدوا المترفون

الصناعة الألمانية تفخر بان تقدم لكم
أمتن وأجود ماكينات الخياطة

جريتزر
موريل
نسيج ناعم



للبيرودري وغيرها
من الاشغال الدقيقة

تبع سعيد اخوان وشركاهم
المعرض : ٣٣ شارع قصر النيل - ١٩١٨
وعند الوكلاء المعتمدين في القطر المصري

القاهرة : شركة شاهير

وهم :

الاسكندرية : شركة الدجوى - البورني - الدار الحديثة - ميفانو

طنطا : راديو السعادة
الاسماعيلية : مغربي على
بنها : ابراهيم رشوان
السويس : فائق محمد عيد
شبين الكوم : على مصطفى على
حاوان : اولاد عبد الحميد سالم
بنى سويف : عباس عويس
المنيا : شحاته احمد على
ملوى : موسى برسوم وهابيل متى

بورسعيد : محمد الكيلاني ومحمد احمد العزبي
المنيا : الكبري وميت غمر : الراديو العالي
المنصورة : ابراهيم عبد الحميد السبع
الزقازيق : ابراهيم انسى على وشركاه
منوف وفويسنا : شركة الدجوى
كفر الشيخ : الراديو العالي
الفيوم : شركة وحدة وادي النيل
اسيوط : « واير » الكامل وشركاه
اسوان : عبد الرحمن ابو قديس

والمواصفات من المصلحة على ورقة
دمغة فئة الخمسين مليما مقابل
دفع مبلغ جنيه واحد خلاف اجرة
البريد - وكل عطاء غير مصحوب
بتأمين ابتدائي قدره ٢% لا يلتفت
اليه (١٥١)

مصلحة البلديات
تقبل المطبوعات بمصلحة
البلديات (بوستة قصر الدوبارة)
لغاية ظهر يوم ١٩٥٢/٦/١ عن
عملية توريد مواشير رصاص وبرابر
مياه لعملية مياه ابثوب وتطلب الشروط

سليمان نجيب

لا أريد أن أتكلم الآن عن
سليمان نجيب الممثل أو
سليمان نجيب الفنان وإن



كانت الإدارة فن كما يقولون
مثلما هي موهبة وخبرة
ومقدرة .

أريد أن أحيي سليمان
نجيب المدير مدير دار الأوبرا
المصرية الذي تركها في
الشهر الماضي ليشغل عملا
آخر في ناد كبير ، قالت
الصحف أن مرتبه سيكون
فيه بضع آلاف من الجنيهات
وقال هو أنها ألف واحدة
لا أكثر ولو فرح فيه
أعداؤه !

هل له أعداء حقا ؟ لا نظن
فقد عرف سليمان نجيب
بخلقه الكريم وسياسته
الناجحة كيف يجعل إدارة
الأوبرا المصرية في السنوات
التي تولى فيها هذه الإدارة
صداقة جميلة محبوبة وروحا
عاليا من الأخاء البديع بينه
وبين كل من اتصل به في
عمل .

انه لم يجعل إدارة الأوبرا
وظيفة من وظائف الحكومة ،
يتولاها كموظف روتين
محدود العقل محدود الأفق
ومقيد التصرفات ، ولكنه
جعلها تعاونا جميلا منتجا

بينه وبين كل من يتصل به
كان أول مدير مصري لدار
الأوبرا المصرية ، وعلى يديه
عرفت هذه الدار العتيقة أن
أبناءها المصريين أحرص
عليها وعلى مصلحتها وعلى
نظامها من كل غريب آخر .
من الذي سيسد هذا
الفراغ الذي أوجده سليمان
نجيب حين ترك إدارة الأوبرا
من الذي سيدير هذا العمل
الكبير الذي يتصل بكل
هيئات الفنية والهيئات
الفنية الكبرى في العالم كله ؟
من الذي سيديره بمثل
المهارة التي كان هذا الرجل
يديره بها ؟

ان حماسه البالغة في
عصبته المحبوبة كانت عنصرا
هاما في نجاح هذه الإدارة
العصبية المرعدة المزمجرة
التي كانت بعد لحظة تصبح
نسيما رقيقا من الحب ومن
المودة .

والذي نحب أن نقوله الآن
هو أن سر نجاحه فيما
نعتقده يكمن في هذه
العصبية الجميلة ، فمن
مثله يستطيع أن يملأ هذا
الفراغ . . . ؟

الفنان المجهول

انه أمين دار الأوبرا أو
مدير المسرح الذي شغل
هذه الوظيفة أيضا منذ حوالي
١٥ سنة ، فجعل القوضى
والارتجال نظاما وترتيبيا في
مخازن الدار التي كانت تبدو
كبدروم منزل عتيق مهدم !
ان هذه المخازن تظهر الآن
في رونقها البديع ، أقساما
خاصة مرتبة معلومة كأرشيف
نظيف مقسم على حسب
العصور . وبفضل هذا العمل
الجبار أصبح الآن في إمكان
أي فرقة أن تجد المناظر
والملابس والاكسسوار
اللازمة لأي مسرحية في

دقائق ! وأصبح من الممكن
أيضا بعد عشر سنوات من
اليوم أن تجد الفرق حاجتها
من هذا كله في غير عناء ،
فان مهمات الأعداد لسكل
تمثيلية تقدم في هذه الدار
تحفظ الآن بدقة وعناية
في قسم خاص بحيث يمكن
أن تقدم للعمل بعد سنوات
في دقيقة . . . انه سر المهنة .



انه الرجل الذي يقدره
حق قدره فنان كالأستاذ
يوسف وهبي أو فنان
كالأستاذ جورج أبيض اللذان
يعرفان قبل غيرهما مدى
الجهد الذي بذله والخدمة
الفنية التي قدمها على طول
هذه السنوات .

وأخيرا فان تقارير مخرجي
أكبر الفرق العلمية التي
تزور القاهرة تشهد بأنه
مدير مسرح عالمي . . . انه
(شكري راغب) أمين الدار .

موسم ينتهي

حين ابتداء هذا الموسم
الفني في بداية العام قلنا
أننا نحب أن نقول كلمة
طيبة في النهاية ، ولكن
الأيام لم تحقق رجاءنا مع
الأسف الشديد .

فقد انتهى الموسم بخيبة
أمل كاملة في المسرح الذي

كان فشل الفرقة فيه حديث
الخاص والعام ، كما انتهت
أيضا بفشل الأفلام المصرية
من الناحية الفنية مع
استثناء فيلمين أو ثلاثة
أفلام كانت وحدها الجديرة
بالتقدير .

ونحن لا ندخل الآن في
تفصيلات هذا الفشل أو
أسبابه ، فلنا عودة الى هذا
الحديث ، وكل الذي نريد
أن نقوله الآن هو أن من
واجب المهتمين بالفنون أن
يدرسوا عاجلا الأسباب
الحقيقية لهذا الفشل ، حتى
لا تتكرر المأساة في الموسم
المقبل الذي نرجو أن يكون
أفضل من سابقه .

في المسرح الجامعي

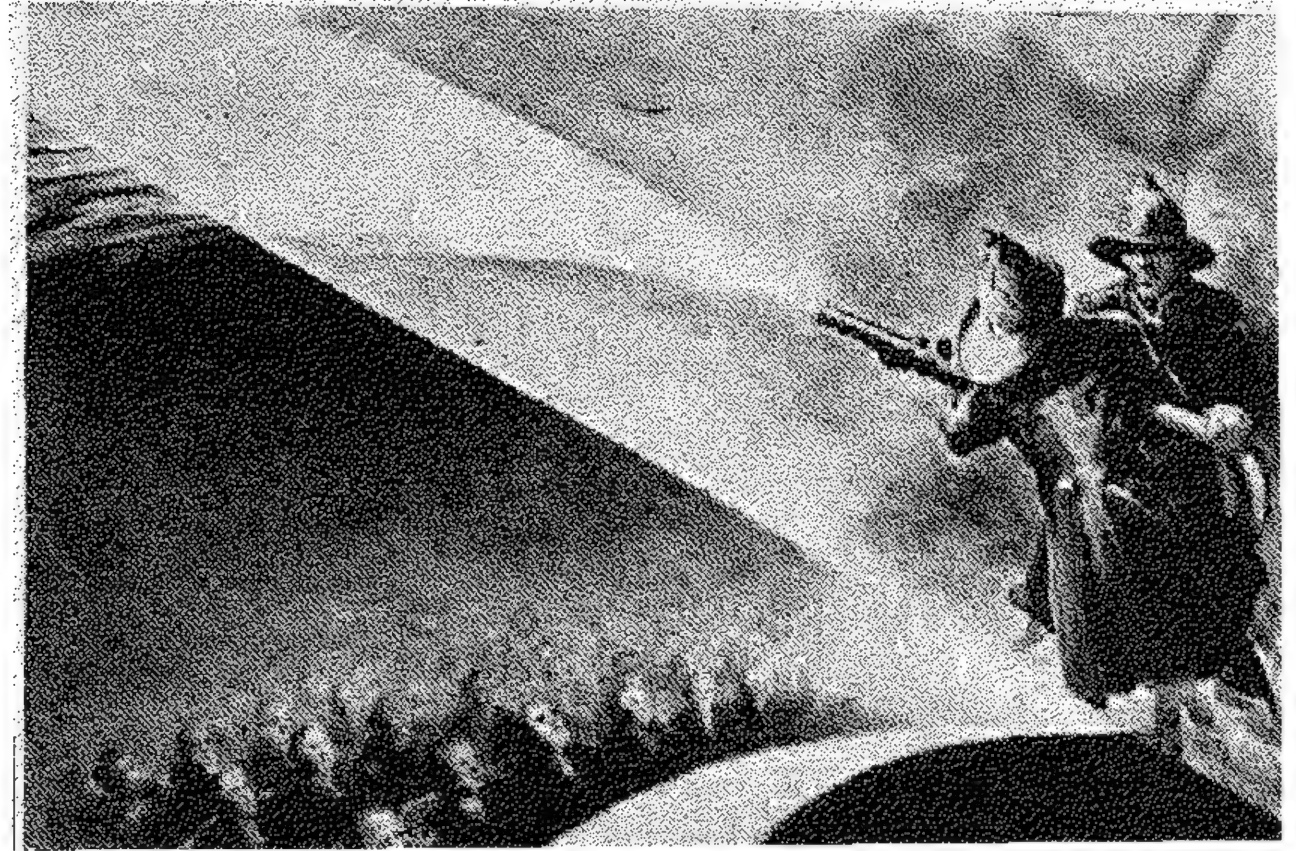
جاءني أحد طلبة الجامعة
من الذين يشتركون في
مباريات المسرح الجامعي -
جاءني بصفتي سكرتيرا عاما
للمسرح الجامعي - يشكو
لي من تصرف أحد الاساتذة
مع فريق التمثيل بالكلية .
وأنا أحتفظ باسم الطالب
واسم الأستاذ واسم الكلية
أيضا . . .

قال لي ان الأستاذ قد
عارض - بصفته المشرف على
فريق التمثيل - عارض في
أن يظهر الطلبة مع الممثلات
على خشبة المسرح ، وقال ان
الأستاذ أصر على أن يقوم
الطلبة أنفسهم بأدوار
السيدات في المسرحية !!

في أي زمن نحن نعيش؟
وهل صحيح أن مثل هذا
الكلام صادر عن أستاذ في
الجامعة . . . أستاذ يشرف على
فريق التمثيل ؟!

المسألة غريبة حقا ، ويلزم
أن تجد حقها من العناية عند
القائمين بحركة المسرح
الجامعي والمهتمين بأمره .
يوسف فهمي

ماذا تعرف عن الفيلم المجسم ؟



ليس الفيلم المجسم حديث العهد ، فانه معروف منذ عشرين عاما على الاقل وقد شاهدناه في مصر لأول مرة في عام ١٩٣٨ أى منذ نحو خمسة عشر عاما والفيلم الذى عرض علينا أخيرا في غضون الأسابيع الماضية أنتج بنفس الأسلوب الذى أنتج به الفيلم الاول مع إضافة الألوان اليه .

ولكن هوليوود لم تشعر بضرورة التحول الى الفيلم المجسم الا بعد اشتداد منافسة التلفزيون وهبوط دخل الافلام هبوطا كبيرا نتيجة لهذه المنافسة الخطيرة وقد عمدت شركات التلفزيون فى السنوات الأخيرة الى تشييد دور عرض خاصة بالتلفزيون شبيهة بدور السينما لعرض برامج التلفزيون ، وقد اجتذبت هذه الدور جمهورا كبيرا من رواد السينما بل ان عددا ضخما من رواد السينما يمتنعون عن ارتياد دور السينما فى بعض أيام الأسبوع لتفضيلهم برامج خاصة يعرضها التلفزيون . ولا أظن انى أخطئ اذا قلت ان ايراد الافلام فى أمريكا هبط بنسبة أربعين فى المائة على الاقل بسبب اقبال الجماهير على التلفزيون .

ونحن فى مصر لم نشعر بهذه الحرب الفنية الخطيرة لعدم معرفتنا للتلفزيون الذى يبلغ من العمر الان أكثر من عشرين عاما .

وازاء هذه المنافسة الخطيرة اتجهت هوليوود الى الفيلم المجسم وبدأت تستعد لتعميمه . وقد اتفقت الاستوديوهات الأمريكية على توحيد طريقة إنتاج الفيلم المجسم حتى لا يحدث اختلاف فى طريقه العرض والمعروف الان ان الفيلم المجسم الجديد الذى بدأت الاستوديوهات الأمريكية فى إنتاجه لن تستخدم فيه النظارات ولكنه سيحدث تعديل طفيف فى ماكينات دور العرض وفى شاشة العرض حتى يمكن الاستغناء عن النظارات أى أن الشاشة الجديدة والتعديل الذى سيحدث فى ماكينة العرض سيقومان مقام النظارات . والان ماهى نظرية الفيلم المجسم ؟

اننا نعرف ان للفيلم العادى مقاسين هما الطول والعرض ، والتجسيم يحدث بإضافة العمق الى الصورة . ان الانسان اذا نظربعينييه الى شئ ما فان الصورة التى تراها كل عين تمتزج بالذهن وهنا لا تقتصر الملاحظة على

الطول والعرض فقط بل تتناول العمق أيضا . ولما كانت الكاميرا بعين واحدة فانه يستحيل ان تصل الى التجسيم عن طريق العدسة الواحدة ، فكان لابد اذن من استخدام عدستين لالتقاط الصورة الواحدة ، حتى يمكن إضافة العمق الى مقاس الفيلم العادى . وعلى ذلك فلنكن يمكن الاتيان بهذه المقاسات على الشاشة توضع العدستان متباعدتين بنسبة ما بين العينين من البعد وتلتقط الصورة ثم يصبغ الفيلم الذى يمثل العين اليسرى باللون الاحمر بينما يصبغ الفيلم الذى يمثل العين اليمنى باللون الاخضر ثم يطبع الفيلمان على فيلم ثالث فيشاهد منظران لكل صورة يختلفان اختلافا يسيرا . ولكن لماذا يصبغ الفيلم الذى يمثل العين اليمنى باللون الاخضر والفيلم الذى يمثل العين اليسرى باللون الاحمر؟ السبب فى ذلك أن الكاميرا ليست بشرية فليس لها ذهن يمزج الصورتين معا ولهذا تستخدم النظارات ذات العدسات الحمراء والخضراء ، فلما يعرض الفيلم على الشاشة ويضع الانسان النظارة وضعا صحيحا على عينيه - أى اللون الاحمر على العين اليمنى واللون الاخضر على العين اليسرى فان النظارة تصفى اللونين فيصبح المنظر طبيعيا وتمتزج الصورتان فى الذهن وهذا الامتزاج يبرز العمق فنرى الفيلم مجسما .

هذه هى نظرية الفيلم المجسم بيد أنه أصبح فى الوسع إنتاجه بطرق مختلفة متعددة كما أصبح فى الوسع التغلب على مشكله النظارات وعرضه بغير حاجة الى استخدامها .

ومهما تختلف الآراء فى الفيلم المجسم فانه الخطوة التى كانت تنقص الفيلم لكى يصل الى الطبيعة .

وقد بدأ المصريون يشعرون بخطورة هذا الانقلاب فى صناعة السينما ولكنى أعتقد ان الامر أخطر من أن نضيقه فى التفكير والترقب والواجب يحتم علينا أن نبدأ من الآن فى عمل التجارب لإنتاج الفيلم المجسم وإنتاجه ليس بالامر العسير بل ان إنتاجه لا يتطلب أكثر من استكمال بعض المعدات ، فعسى أن نبدأ حتى لا نفاجأ بمنافسة قد لا نقوى على مواجهتها .

محمد عبد القادر المازنى

ديوان المحاسبة

(بقية النشود ص ١٥)

جانب اطمئنانك الى أن أعمال المنزل ستؤدى على خير وجه ولا شك ياسيدتى انك فى حاجة ماسة الى الترفية عن نفسك وراحة أعصابك من عناء أعمالك المنزلية ، ولا سبيل الى ذلك الا بتمضية بعض الوقت فى دور اللهو البرى كالسارح والسينما ولكن اياك أن تسرفى فى ذلك فان هذا الاسراف قد يؤدى الى ارهاق ميزانيتك الى جانب اجهادك من حيث تريدين الراحة . وان مشاهدة رواية فى السينما كل مدة معقولة ونزهة أو زيارة لصديقاتك بين وقت وآخر ، بجانب الجلسات المنزلية الهادئة الجميلة التى تهيتها لزوجك وأولادك ، كل هذا يرفه عن أعصابك ولا يرهق ميزانيتك .

وبالجملة فان الامر بيدك وحدك ياسيدتى ، فيمكنك الاخلال بميزانية بيتك وهدمها بأسرافك وتخليك عن الحكمة والجسرى ورا المظاهر . ولكنك لن تسلكي هذا المسلك الوعر فستحرصين على موازنتها : فلا تتعسدى مصروفاتك ايراداتك ،

..وهنا



سامية صادق

اتصفت طوال حياتها الجامعية بزمالة الاخلاق والسلوك الطيب وحبها لقراءة كتب الادب .
ونالت ليسانس الاداب في قسم اللغة الانجليزية ثم اشتغلت بالاذاعة المصرية « قسم العلاقات الخارجية » حيث قامت بترجمة وتقديم بعض الموضوعات التي تهم مصر عن هيئة الامم المتحدة تحت عنوان « هيئة الامم أمام الميكروفون » ، كما اشتركت في تقديم صور حية لجلسات الجمعية العمومية بما يدور فيها من مناقشات بين ممثلي الكتلتين الشرقية والغربية . . وساهمت في توضيح وجهة النظر المصرية .
كذلك قامت بتقديم برنامج بعنوان « صدى الانباء » يتضمن اهم الانباء الخارجية وخاصة ما يهم العالم العربي .

♦ اشتركت ايضا في تعريف مصر بالعالم ، فقدمت برامج عن لبنان واسبانيا تدور حول وضع تلك البلاد سياسيا وعلاقاتها بمصر ومشاكلها وبعض النواحي الفنية المحلية والمعلومات العامة .

♦ انتهزت فرصة زيارتها للبنان فقامت بزيارة لاستديوهات الاذاعة بها ودعيت لتقديم برنامجين أحدهما عن العلاقة الفنية بين لبنان والبلاد العربية ، والاخر عن « الميكروفون في خدمة الجامعة المصرية » .
♦ اشتركت بصفتها موظفة بإدارة العلاقات الخارجية في استقبال كبار زوار جامعة فؤاد بمناسبة العيد الفضي ومرافقتهم في رحلاتهم . ونشرت احاديث لهم في مجلة الاذاعة المصرية . وتلقت الكثير من الدعوات لزيارة بلاد اجنبية متعددة .

وأخيرا جذبها الميكروفون فتقرر نقلها الى قسم « المنوعات » حيث قدمت برامج عن « ما وراء الالهام » و « أشهر المحاكمات التاريخية » ، ومن الطريف أنه وصلتنا رسائل شكر من المرضى بثلاث مستشفيات على ما بعثته فيهم بصوتها من أمل في الشفاء .

وعلاوة على هذا تقوم في بعض التمثيليات التي يقدمها بابا شارو بدور الام .

♦ وصلت الان الى مركز مرموق في الاذاعة رغم المدة القصيرة التي قضتها هناك ، وينتظر لها الكثيرون من المستغلين معها تقديرا ووقيا وذلك لمشاربتها واجتهادها الدائمين .

١٠١

هناك



سلمى الحفار الكزبرى

حينما سافرت الدكتورة ذرية شفيق الى سوريا ولبنان التقت بالكثيرات من فضليات السيدات والآنسات اللائي أنجبتن هذه الاقطار الشقيقة . وقد قالت لنا الدكتورة ان قلبها قد أفعم بالسرور لما شاهدته من نهضة في كل ميدان خطت فيه المرأة بخطواتها . ووعدتنا بمدنا بالمعلومات اللازمة عن بعض الشخصيات العربية النسائية الممتازة من حين لآخر ، وكانت اول هذه الشخصيات « سلمى الحفار الكزبرى » التي قالت عنها الدكتورة بعد أن أنهت كلامها المنشور تحت هذه الكلمات انها مثال قد وحى للمرأة السورية العربية ، وانه لمثال يجدر بنا أن نفخر به حقا . . .

♦ ولدت في دمشق سنة ١٩٢٣

♦ والدجا لطفي الحفار رئيس وزراء سابق ومدير مصلحة مياه الفيحة في دمشق .

♦ تلقت علومها في معهد الفرنسيين ثم درست العلوم السياسية في كلية اليسوعيين في بيروت .

♦ بدأت تنشر بالعربية والفرنسية في صحف سوريا ولبنان ومجلاتهما ، وكتبت قصائد شعر بالفرنسية نشرت بعضها في مجلة "La Revue du Liban"

♦ كانت مندوبة سوريا في لجنة شؤون المرأة المتفرعة عن المجلس الاقتصادي لهيئة الامم سنة ١٩٤٩

♦ لها مؤلفان في اللغة العربية : « يوميات هاله » الذي صدر عام ١٩٥٠ ، ومجموعة قصص « حرمان » صدرت في أوائل سنة ١٩٥٣

♦ وهي تعرب الآن رواية لستيفان زفايغ عنوانها : « أربعة وعشرون ساعة من حياة امرأة » .

♦ أسست جمعية نسائية ثقافية وخيرية عام ١٩٤٢ اسمها « مبرة التعليم والمؤاساة » .

♦ انها شعلة من النشاط والاجتهاد .

بنات النيل تحل مشاكل

الى القارئة بمنيا القمح

ان مشكلتك هي مشكلة آلاف الفتيات الشرقيات ولن أقول المصريات . وحل هذه المشكلة يتلخص في أن تملئي فراغك بما يشغلك . عليك بالرياضة فهي مفيدة . وعليك بالنزهة في الهواء الطلق مع أهل منزلك أو مع بعض صديقاتك . وعليك بسماع الموسيقى وقراءة الكتب الادبية . وابتعدى عن الوحدة قدر طاقتك واتخذى حولك مجموعة من الصديقات الضاحكات . ولقد كتبنا لك في عدد الشهر الماضى موضوعا يفيد في حالتك هذه هو موضوع (دعى التردد وأقدمى على الحياة) فاقريه وحاولى أن تفيدى منه .

الى الحائرة بالقاهرة :

لماذا كل هذا الالم وهذه الحيرة ؟ انك سلبية أكثر من اللازم . وما هكذا تواجه مشكله كمشكلتك كوني عملية واطلبى من شقيقة زوجك مشاركتك في العمل أو على الاقل مساعدتك فيه . وتأكدى من أن هذا هو حقك اذا ساعدتك في العمل فسوف يكون لديك وقت تلتفتين فيه الى زوجك ، كما انها لن تناح لها الفرص القديمة للوقية بينكما كما ذكرت في خطابك . . .

اننى انصحك باللباقة والسياسة وحسن التصرف للوصول الى غرضك .

الى الحائرة بمصر الجديدة :

انك من ضحايا فارق السن يا عزيزتى وموضوعك دقيق جدا ولهذا تدعوك بنات النيل الى مقابلة الدكتورة دريه شفيق شخصيا وذلك

بعد مخابرتها تليفونيا . . نعتقد انك سوف تجدى حلا لمشكلتك مع الدكتورة .

الى العروس الانسة س . ع

ما هذا القلق أيتها العروس . . أهكذا تواجهين المستقبل لا تهابى تجارب زوجك واعلمى بأنك ستستفيدى منها . . أليس هذا العريس هو شريك حياتك . . ان الحياة فى الريف لا دخل لها

برية الجمال

تجيب على هذه الاسئلة الخيرة الاخصائية لمستحضرات التجميل العالمية (اليزابيث آردن) ومديرة (صالون آردن ٢١١ عمارة الايموبيليا بالقاهرة) وهى على استعداد لتقديم نصائحها وارشاداتها لقارئات « بنت النيل » مجانا سواء على هذه الصفحة أو بمقابلتها شخصيا بالصالون على أن يحدد موعد قبل الحضور : تليفون ٤٧٧٩١ - ٧٧٠٧٢

قارئة بنت النيل (واندى) القاهرة

اليزابيث آردن تنصحك باستعمال مستحضراتها المشهور (آردينا سيلندر لاينتر لوسيون) ويمكنك الاتصال بالصالون لاية بيانات أخرى .

قارئة بنت النيل ف . م . السويس

الرجا موافاتنا باسمك وعنوانك بالكامل لارسال خطاب خاص لك .

الحائرة المعذبة ا . و - مصر الجديدة

الرجا زيارتنا بالصالون لارشادك الى العلاج اللازم عن السؤال الاول . أما اسم مستحضر اليزابيث آردن الخاص بازالة الشعر فهو « هيرسليك » .

محاسن عبد المنعم - البيضاء تنصحك اليزابيث آردن

باستعمال مستحضراتها الخاصة بالشعر « هيرتونيك »

د . و . صافينا - سوريا

استعملى مستحضرات اليزابيث آردن « آنتى براون ماسك » يعقبها « بليتشيبيج كريم » وهى الطريقة الوحيدة

الناجعة ضد هذه البقع . ويجب أن تحمى جلدك نهارا

باستعمال « اليزابيث آردن صن بروف كريم » واجتنبى

تعريض جسمك أكثر من اللازم لاشعة الشمس .

س . ع . دمنهور

الرجا موافاتنا باسمك وعنوانك بالكامل لارسال خطاب خاص لك، مستحضرات التجميل الخاصة بالشعر هي « هيرفونيك » .

قارئة بنت النيل - شارع

اشمون - مصر الجديدة

« صن بروف كريم » هو اسم مستحضر اليزابيث آردن المشهور الخاص بحماية الجلد من الشمس . للرد على بقية الاسئلة لرجوك الحضور الى الصالون ومقابلة المديرة .

سيدة ز . ع . ا - ميت غمر

ان تعريض جسمك للشمس يزيد هذا البقع . .

استعملى « اليزابيث آردن صن بروف كريم » واجتنبى

التعرض للشمس الى أن تزول هذه البقع . حاولى زيارة

الصالون عند حضورك للقاهرة وقابلى المديرة .

ف . ي . عابدين

مديرة صالون اليزابيث آردن يسعدنا أن نرحب

بقارئات بنت النيل لتقديم الاستشارات المطلوبة فالرجا

زيارتها بالصالون لارشادك عن الكريم اللازم وطريقة

استعماله وكذلك بقيسة أسئلتك .

ه . ع . على - شبرا :

الرجا زيارتنا بالصالون بخصوص السؤال الاول ،

واسم مستحضر اليزابيث آردن الخاص بالسؤال الثانى

فهو « نيدرا ديودرون » سائل وكريم .

ل . س - طرابلس

الرجا موافاتنا باسمك وعنوانك بالكامل لارسال

خطاب مفصل بالاجابة على أسئلتك .

ع . ا . قارئة بنت النيل - مصر

الرجا زيارتنا بالصالون ومقابلة المديرة .

م . م . ا - بولاق

استعملى مستحضرات اليزابيث آردن « آدوناكريم »

و « سبيسيال آستريجينت » وانتهزى أول فرصة لمقابلة

مديرة الصالون بخصوص بقية الاسئلة .



سيدة بنت النيل ..

بمبلغ ٧٠ قرشا على عنوان المجلة
وتلك هي قيمة الاشتراك المخفض
مع العلم بانك لن تحصلي الا على
الاعداد الباقية من هذه السنة (٥٣)
اما اذا اردت الحصول على ١٢
عددا سواء من تاريخ اشتراكك او
من بداية العام حتى نهايته فلا بد
من ان تكون قيمة الاشتراك جنيها
مصريا كاملا

شاب مثقف ثقافة فرنسية
يدرس اللغة الفرنسية باسعار
متهاودة المخابرة ج.م. صندول
بريد ٦١٩ القاهرة

تليل من الخل الابيض حتى يزهره
لونه ثم اعصريه جيدا بالضغط
ايضا ولفيه عقب ذلك في ملاءة او
بكثير وعلقه فوق الشجوب وصفيه
في الهواء الطلق بعيدا عن الشمس
حتى يجف ثم اكويه

س.ب بالجريدة فؤادية :
اسئلك الخاصة بالتجميل
سنيجب عليها في الشهر القادم .
اما سؤالك الخاص بتعبئة المربي
فالاصح هو التعبئة وهي ساخنة
لان ذلك يساعد على طول مدة
حفظها . اما طريقة الاشتراك فهي
بان ترسلي الينا حوالة بريديسة

المشتركة فوزية بالاقصر :
ستصلك علبة البودرة على
العنوان المذكور في الخطاب فانتظر بها
ه. يوسف ببغداد :
الاشتراك قيمة جنييه مصري
كامل

م. عبد النعم دقهلية :
ان السيدة التي تجيب على
بريد شئون المنزل لم تكتب لنا من
هذا الحساء ولكن ارسلته لنا
مراسلتنا في روما فهو صنف جديد
على مصر والمصريات
س. حسن :

لقد فات ميعاد التقديم الى
امتحان التوجيهية واما بخصوص
سؤالك عن هل سيمطك التحضير
للامتحان من اعمال المنزل فاعتقد
انه في مقدورك تنظيم وقتك بحيث
تجمعين بين الاثنين وهذا هو الفارق
بين المتعلمة والجاهلة . تقدمي
للامتحان في العام القادم ان لم
تكوني قد تقدمت اليه هذا العام

شئون المنزل في

المخلصة ل. محمدامين بسيدي بشر:
السبب في صلابة البكويست
كثرة مقدار السكر المستعمل فقد
كان يجب ان يكون المقدار ربع وطل
لا ربع اقة وهو خطأ مطبعي نأسف
له . وبجانب ذلك لاحظي ضبط
كمية الزيت بحيث تكون للعجينة
يايسة سهلة الفرد لان طراوتها
تساعد على جفافها

السيدة حرم ت.د.د. :
بخصوص المفارش هذا يتوقف
على استعدادك للعمل وزخرفة
احرف مفارش الدواليب بالدانتيل
او شغلها بالبروديه (٢) مفارش
الشوفنير والتواليست والمفارش
المستعملة عادة في زخرفة الموبيليا
يفضل تطريزها بشرط ان تكون
الالوان سليمة اللون والرسومات
رقيقة وخفيفة (٣) يفضل ان تكون
جميع ستائر المنزل بلون واحد وهو
المركيبيت البيج حيث ان هذا
اللون يتشبي مع جميع الالوان
المفروشات (٤) يمكنك الحصول على
عدد يناير نظير مبلغ عشرة قروش
ارسلها لنا بحوالة بريديسة (٥) نعم
يلزم الاشتراك في اول العام حتى
يكون التخفيض له قيمته والمبلغ
المحدد للاشتراك المخفض ٧٠ قرشا
محاسن ع. بلافوس :

افلى الفستان بالساء الفاتر
ومذوب الصابون بالضغط بين
اليدين مع السرعة . ثم اشطفيه
بالاء الدافئ ثم بالاء المضاف اليه

بريد الخطبات

السيدة حرم الاستاذ محمود عوض
نعيم :
لقد نشرنا كل الصور التي
وصلتنا . صورة ابنك لم تصلنا
والا كنا نشرناها
الانسة ب. ابو الذهب :
لم تصلنا الصورة المذكورة والا
كنا نشرناها . واقتراحك وجيه
جدا وليس عتدنا ما يمنع من نشر
ما ترسلينه ان كان صالحا
السيدة حرم الدكتور اسكندر
ناوروس :
لم تصلنا صورة طفلك ياسيدي
.. يظهر انها ضاعت في البريد وما
اكثر الصور والمجلات التي تصنع
عن طريق مصلحة البريد
والدة الطفلة فاتن رمضان :
لم تصلنا الصورة يا سيدتي .
ونحن نكرر لوم مصلحة البريد
والدة الطفلة ازهار محمود محمد
خليس :

الصورة التي وصلتنا نشرناها
اما الصورة الاخرى فلم تصلنا ونحن
نؤكد هذا
الفارزة ر.ب بسمندود :
يمكنك الاشتراك من المدة الباقية
من السنة مع التمتع بالتخفيض
السيدة ر. حلمي :
وصلنا مقالك وهو يعالج موضوعا
حيويا وسنعمل على نشره في اقرب
فرصة

ز. الحسيني بالاقصر :
نحن نشكركم على مديحكم ونعتقد
ان لاشكر على واجب . واما
بخصوص الموضوع الذي استشرتنا
فيه فالافقرات مهمة على ان يشهد
عليها شهود وعلى ان تعطى مصلحة
الشهر العقاري خبرا بهذه
الافقرات ولا بد من ان يتولى
صياغتها محام
الطالبة س.م.ج بالاستندرية :
اكتبي يا انستي خطابا الى
الدكتور حسن الحفناوي وميادته
في ميدان باب اللوق بالقاهرة .
استعيريه في مشكلتك اولا وسيعني
بأمرك ان ذكرت له انك من قارئات
بنت النيل

ن.م سليم بالنصورة :
نرجو منك الاطلاع على الرد
الخاص بالانسة ف.و بالجيزة . في
بريد شئون المنزل بخصوص
سؤالك الثاني وهو سؤال طبي
فقد حولنا الخطاب الى الدكتور
حسن الحفناوي للرد وسيكون
منشورا في البريد في عدد الشهر
القادم بلان الله

لذيذه هذه الكوكاكولا



ان في تناول يدك تحويل مشاق العمل الى لذة
ممتعة .. وذلك بتناول زجاجة مثله من هذا
الشراب اللذيذ .. كوكاكولا .. انها ذات طعم فريد
وهي مثالية في تجديد النشاط اثناء العمل

طفلك يا سيدتي

(بقية المنشود ص ٢٢)

المدرسة السنة الى جايه ..
فقلت له : ان كل فتاة
مالها الزواج ... وسوسو
ابنة خالتك قد بلغت سن
الزواج .. ولما تكبر انت
كمان بكره تتجوز .
فسكت وران عليه صمت
عميق وظهر نوع من الاسى
المريض عليه . وبعد ذلك
جلست مع والده ووالدته
واخذت اشرح لهم رأيي في
مريضهم العزيز وكنت قد
احسست بها في نفسية
الصبي من رواسب متراكمة
هي اصل علته ..
ان هذا الصبي ضحية من
ضحايا تقاليدنا المتوارثة التي
درجنا عليها ... لقد تربى
وترعرع مع سوسو ابنة
خالته وتعودت اذنه على سماع
كلمات ذات معنى واحد كلما

شوهده الاثنان معا وما اكثرهما
شوهده الاثنان معا :

سان سوسو لفلان ...
ان فلان لسوسو ...
وهكذا حتى أصبحت هذه
الكلمات حقيقة واضحة المعالم
في عقله الصغير ، وحتى
أصبحت الفكرة التي تدور
حولها الكلمات دما يجري في
عروقه وغذاء يتغذى به عقله
وقلبه .
ان الآباء يلغون بمثل هذه
الكلمات ببساطة ودون فهم
لما قد يترتب عليها من آثار
... لا تظني يا سيدتي أن
طفلك لا يمكنه ادراك مثل
هذه المعاني التي ترددونها
في كلمات كالسابق ذكرها
... انه يفهمها ويزداد فهمه
كلما كان مدلولها قريبا منه
وكلما كانت حساسيته مرهفة
دقيقة .
ان ذلك الصبي قد صدم

في فكره ، عاش عليها طوال
سنيه الست عشر أو على
الاصح قد صدم في كيانه ،
فقد كانت الفكرة ممتازة
بكيانه ووجوده ، ولهذا فقد
نام في السرير ... وهذا
النوم في الواقع ان دل على
شيء فانما يدل على نوع من
الاحتجاج او الرد على خطوبة
ابنة خالته ..

لماذا تملأين عقل طفلك
او طفلك بكلمات لا تعرفين
انت نفسك أن في مقدورك
تحقيقها ... ابتعدى عن ترديد
كلمات أنت تعلمين أن لا
جدوى من ورائها وأن الدافع
اليها ليس سوى التقاليد التي
عشنا فيها وتحملنا أوزارها .
لا تعقدي الحياة بالنسبة
لطفلك واحفظيه من هذه
التقاليد التي ربما كنت أنت
في صباك ضحية من ضحاياها
أم مجربة

لقد أصبحت ذكرى وليس
تكون سوى ذكرى
وساجعلها ذكرى طيبة لاني
أحببتها في يوم من الايام
ثم أخذ يسأل نفسه من
جديد :

هل أنا واثق من حاضري؟
هل أنا مستعد لوصلي
بالمستقبل؟
ووجد الرد واضحا في
نفسه :

نعم ، أنا اعرف حاضري .
واعرف ما أنا مقبم عليه .
انني اعرفه لاني أحبه في
سهر حطيتي . وأنا اعرفه
لاني بي رغبة الى التقدم به
بعقلي وقلبي - مع الايام -
الى الهدف المنشود .

وبعد فترة من الشرود في
لا شيء عاود ممدوح سؤال
نفسه :

هل أنا واثق في المستقبل
هل أنا مستعد لتحمل
ما يخفيه ؟

وجاءه الرد على الفور :
نعم ، أنا واثق فيه تقتي
في نفسي . وأنا أومن انه لي
ايماني بالحياة ... وماتاتي
به الحياة أنا مستعد للتفاعل
معه بكل كياني .

وكف ممدوح عن الرواح
والغدو في الشرفة . ورفع
رأسه وأفرغ كل ما كان في
صدره في زفرة عميقة طويلة
ودخل غرفته ثانية

وعاد الى الجلوس على
مكتبه . وتناول كراسية
مذكراته . وحاول ان يكمل
الخواطر التي كان قد ابتدا
في كتابتها ولكنه وجد ان فيما
كان قد كتب الكفاية : كل
الكفاية . فقام الى سريره
ونور الصباح قد أخذ يدخل
غرفته وابتدا يردد وهو
يفطى نفسه :

أنا يادنياني احب الماضي
لانه مني ولاني منه .
واتعشق المستقبل لانه
انت ، وانت أنا .

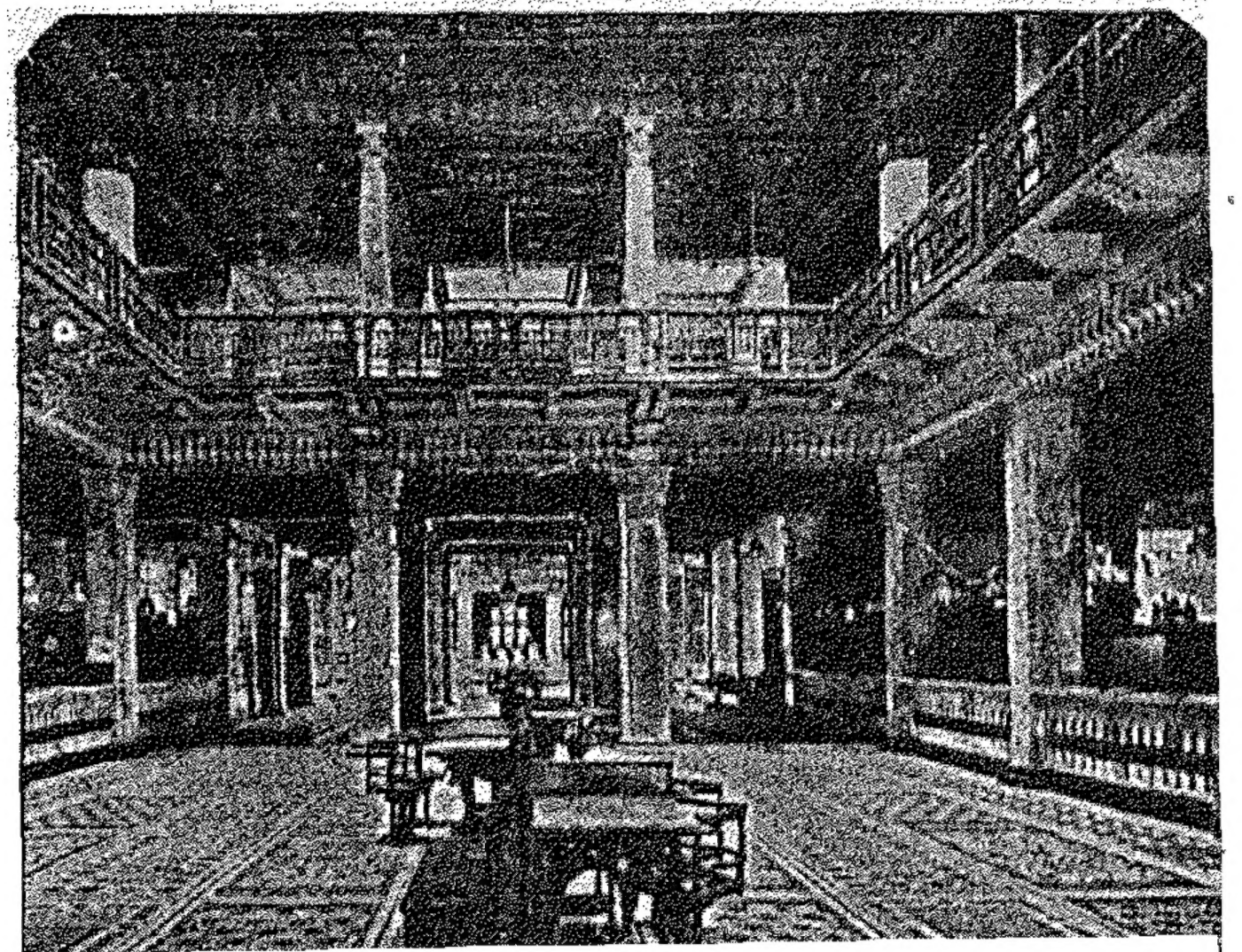
انني اشتقي النور الذي
هو أنت . وأهفو للظلال
التي هي ماضي .
السيد عبد العزيز حميس

ذكريات وأمانى

(بقية المنشود ص ٥٩)

الشارع هو صوت جندي
الدائرية :
« امشي على طول يا جدد ...
ربنا يسهلها لك ، فتفاهل
وأخذت الفكرة التي أجهد
نفسه في سبيل الوصول
اليها تتضح وتبين :
ابتدا يناقش نفسه عن
طريق عقله . وابتدا يحاسب
ضميره بعيدا عن قلبه :
ما الماضي ؟ انه جزء مني .
وأنا جزء منه .
ما الحاضر ؟ انه أنا ، كما
أنا .

ما المستقبل ؟ انه الماضي
والحاضر وما آتية أنا
والايام بعقلنا وقلوبنا .
لماذا أهفو الى الماضي ؟ لانه
جزء مني ولاني جزء منه .
لماذا أهفو الى عفاف ؟ أمي
جزء مني وأنا جزء منها .
وابتدا يردد على نفسه :
نعم ، ان عفاف هي الماضي ،
والماضي فقط . ولن تكون
الحاضر أو المستقبل أبدا ...



ص ٥٩

بنك مصر
البناء الذي رفعت العزة المصرية
وعامتها في الاستقلال الاقتصادي
مؤسس شركاتها القومية
منشئ الصناعات الكبرى
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية
فروعها بعواصم المديريات ومدنها الكبرى
وكلاؤه ومراسلوه في كل بلاد الخارج

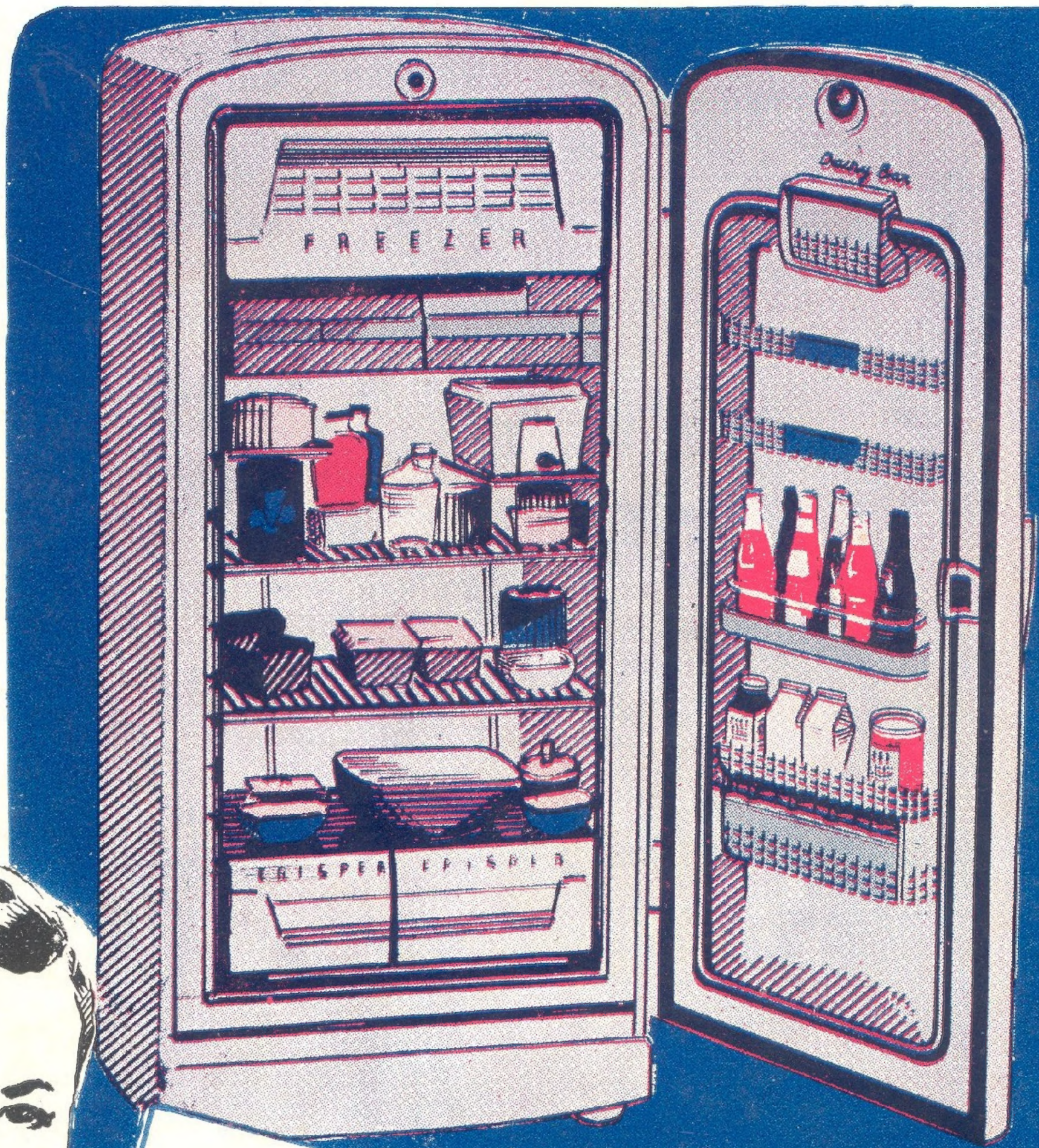
مصدر قريباً

مجلتك الأسبوعية

بنت النيل **السياسة**

حاوية كل ما يهمك من أخبار سياسية
في مصر وبلاد الشرق وأوروبا وأمريكا
انظريها فتكون خير رفيق لك
في عملك ومجتمعك وحياتك كمواطنة صالحة

ميزات عديدة
في الموديل الجديد



فيلكو

التلاجه التي لا تضاهيها في الزايا أية تلاجه كهربائية أخرى

تسهيلات في الدفع

٢١٩٩٢

شركة وادي النيل للإنشاء والتجارة

الوكلاء الوحيدون
بالقصر المصري

١٥ شارع الفن بك بالقاهرة - (سابقا) سنترال موتور هاديس ت ٥٣٦٠٤
اكندية: ٤٣ شارع سعد رغول - المنصورة: شركة مواني - القنال: بنوكوليتيس وفلاستاريس